Роль музыки в адаптационный период развития детей младшего дошкольного возраста

Толкачева С.Н. (Музыкальный руководитель МБДОУ «Детский сад №192»)

Поступление ребенка в детский сад  вызывает, как правило, серьезную тревогу у взрослых. И она не напрасна. Известно, что для многих детей изменения в образе жизни часто оказываются стрессовыми, отражаются и на психическом, и на физическом здоровье. Особенно уязвимым для адаптации является ранний возраст, поскольку именно в этот период детства ребенок менее всего приспособлен к отрыву от родных, более слаб и раним. В этом возрасте адаптация к детскому учреждению проходит дольше и труднее, чаще сопровождается болезнями. Изменение образа жизни приводит к эмоциональной напряженности, ребенок проявляем  беспокойство или заторможенность. Эмоциональное неблагополучие сказывается на сне, аппетите.

Врачи и психологи различают три степени адаптации: легкую, среднюю и тяжелую. Основными показателями степени тяжести являются сроки нормализации эмоционального самоощущения малыша, его отношения к взрослым и сверстникам, предметному миру, частота и длительность острых заболеваний.

Многолетние исследования показали, что положительное влияние на течение процесса адаптации оказывает его правильная организация и ранняя социализация ребенка. Для этого в нашем  дошкольном  образовательном учреждении были созданы  условия для прохождения  благоприятной адаптации детей, т.е доброжелательная психологическая

атмосфера. В этом вопросе музыка является важным звеном в процессе  прохождения адаптации.

Музыка – самое яркое, эмоциональное, а потому и действенное средство воздействия на детей, так как обладает наибольшей силой  воздействия на ребенка, непосредственно обращаясь к его душе, миру его  переживаний, настроений. Благодаря музыке ребенок способен увидеть  прекрасное, не только в окружающем мире, но и самом себе. В. А.

Сухомлинский писал: «Как гимнастика выпрямляет тело, так и музыка выпрямляет душу человека… Музыка является самым чудодейственным, самым тонким средством привлечения к добру, красоте, человечности. Слушая музыку, человек познает себя, и познает прежде всего, что он,  человек прекрасен, рожден для того, чтобы быть  прекрасным…»

Музыка, музыкальная деятельность детей в  нашем детском саду – источник особой детской радости. Ребенок открывает для себя музыку как удивительное чудо, которое может рассказать ему о многом: о красоте, природы, о красоте человека, его переживаниях, чувствах, мыслях…

Специфические особенности музыки позволяют выражать тончайшие

оттенки чувств, психическое состояние и воздействовать на глубинный мир

ребенка. Поэтому мы с особой  тщательностью подбираем  для малышей  музыкальный репертуар – не только колыбельные песни, но и классическую и современную музыку, в особенности ту к которой ребенок привык в семье. Если дети любят музыку, сроднились с ней, чувствуют в ней потребность, тогда музыка начинает звучать в группе не только по инициативе педагога, но и по инициативе самого ребенка в различные моменты его общей, совместной деятельности с другими детьми и самим педагогом, вызывая радостное ощущение жизни и пребывания в дошкольном учреждении, что оказывает огромную роль в процессе адаптации. Понимая воспитательную силу музыки, мы  заботимся о создании условий для ее постоянного использования в жизни группы.

В нашей группе  имеется  синтезатор, набор детских музыкальных инструментов, магнитофон. Совместно с музыкальным руководителем нашего детского сада мы сделали подборку музыкальных произведений, которые звучат в течение всего дня.

 Все это содействует воспитанию художественного вкуса, развитию музыкальных и творческих способностей, любви к музыке и самое главное, способствует наиболее быстрому и благоприятному протеканию периода адаптации в дошкольном учреждении.

В последние годы происходит активное реформирование системы дошкольного оборазования. Растет сеть альтернативных учреждений, появляются новые программы дошкольного воспитания, разрабатываются оригинальные методики. В нашем детском саду музыкальное воспитание  малышей  осуществляется на базе программы «Малыш» *(В. А. Петрова)*  Основу программы составляют произведения классического репертуара, богатый диапазон которого предполагает свободу выбора педагогом того или иного музыкального произведения с учетом уровня подготовки и развития конкретного ребенка.

 Практика показывает, технологизация жизни, в которой участвует ребенок, влечет за собой его "обесчувствование". Замыкаясь на телевизорах, компьютерах, дети меньше общаются со взрослыми и сверстниками, а ведь именно общение в значительной степени обогащает чувственную сферу. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других. В детских садах все больше детей с ярко выраженной гиперактивностью, психосоматическими заболеваниями. Любое неадекватное поведение: лень, агрессия, негативизм, замкнутость - защита от нелюбви.

Ребенок способен успешно развиваться, сохранять здоровье только в условиях психологического комфорта, эмоционального благополучия. Поэтому в нашем детском саду мы серьезно подходим к этой проблеме, решая ее  всеми возможными средствами. Одним из таких средств является музыкотерапия, которая представляет собой совокупность приемов и методов, способствующих формированию богатой эмоциональной сферы, и практических занятий и упражнений, способствующих нормализации психической жизни ребенка.

В своей работе  мы ориентируемся на сотрудничество с ребенком, на интеграцию различных видов художественной деятельности.   Музыкотерапию применяем  не только на музыкальных занятия, но и на физкультурных занятиях, утренней гимнастике, бодрящей гимнастике после дневного сна, вечерах досуга, занятиях по развитию речи, изобразительной деятельности, в повседневной деятельности, самостоятельных играх и.т.д.

 Имея навык использования  музыки в нужные моменты , можно  за считанные минуты снять умственную усталость, взбодрить, раскрепостить, повысить настроение, сконцентрировать внимание ребенка. Например, на занятиях с высокой умственной нагрузкой и малой подвижностью используем  танцевальные композиции в качестве физкультминуток.(композиции из " Ритмической мозаики" А. И. Бурениной; композиции Суворовой). Композиции на основе быстрой, веселой музыки позволяют поднять настроение детей, активизировать их внимание. Танец, мимика, жест, как и музыка, являются древнейшими способами выражения чувств и переживаний. Помимо того, что они снимают нервно- психическое напряжение, помогают ребенку быстро и легко установить дружеские связи с другими детьми группы и воспитателем, они также имеют определенный психотерапевтический эффект.

В работе используем такие упражнения как: " Прогулка по сказочному лесу" ( Н. Римский-Корсаков, ария Фенронии из оперы " Сказка о невидимом граде Китеже и деве Февронии"). Ступаем в медленном темпе, воображая вокруг себя пейзаж и показывая жестами другим детям великолепие природы. " Порхающая бабочка" ( А. Дворжак " Юмореска"). Легкие пружинистые шаги, с взмахом рук, изображая бабочку.

Главная особенность музыкально- ритмического воспитания - это акцентирование внимания не столько на внешнюю сторону  обучения ритмическим движениям, сколько на анализ внутренних процессов: сенсорных, мыслительных, эмоциональных; на развитие и тренировку психических процессов, развития восприятия, внимания, мышления, умения выражать различные эмоции в мимике и пантомимике. Композиции А. Бурениной из программы по ритмической пластике помогают развивать способность к самовыражению в движении. Дети учатся владеть своим собственным телом, тонкостям музыкального восприятия, нестандартному мышлению, психологической свободе.

 Чтобы музыка подействовала на ребенка, мы  специально настраиваем  и подготавливаем ребенка. Этот настрой заключается в том, что надо сесть в удобной позе, расслабиться и сосредоточиться на звуках музыки. Восприятие музыки заключается в обучении распознавать эмоции. Любая музыка - это всегда чувства, переживания.

На занятиях музыкотерапией и релаксацией предлагаем  следующие темы: " В церкви", " Утренняя молитва" и " Юмореска" П Чайковского; " Аве Мария" Ф. Шуберта; " Разлука" глинки;" Шутка" И.С. Баха. Названия этих произведений отражают настроение передаваемое музыкой. Дети учатся понимать чувства, различать оттенки настроения, сопереживать, радоваться, заряжаться положительными эмоциями.  Не случайно врачи-физиологи ставят знак равенства между физическим и психическим здоровьем при условии погружения ребенка в атмосферу душевного подъема, связанного с положительными эмоциями.  А музыка-это всегда только положительные эмоции.

Музыка — удивительное искусство, способное благоприятно воздействовать на ребенка уже в первые месяцы его жизни. Музыка дарит внутреннее благополучие ребенку, душевное и физическое здоровье, является необходимым  условием успешной адаптации ребенка.

Список литературы:

1)Музыка и движение (упражнения, игры и пляски для детей 3-4 лет).  Сост. С.И. Бекина, Т.П. Ломова, Е,Н, Соковнина М. 1981г.

2) Е. Конорова «Первые шаги в музыке» Сов.комп. 1991г.

3) Г. Франио Хрестоматия по ритмике. Сов.комп. 1991г.