

Музыкотерапия, как средство адаптации
детей раннего возраста к условиям
детского сада



У большинства детей раннее детство проходит в семье, где происходит воспитание, забота, удовлетворение потребностей маленького человека близкими людьми – родителями. Все это способствует полноценному развитию психофизических качеств ребенка. Но, как правило, у таких детей не имеется постоянного опыта общения со сверстниками, что в будущем сказывается на адаптации детей к детскому саду и затрудняет общение с педагогами и ровесниками.

Большинство не подготовленных детей к дошкольному учреждению тяжело преодолевают отрыв от семьи, что может вызывать у них страхи и беспокойства.

При поступлении в дошкольное образовательное учреждение все дети переживают адаптационный стресс. Адаптация – это привыкание человека к новым обстоятельствам и новой обстановке, в конкретном случае – привыкание малыша к детскому саду. А привыкнуть к детскому саду не так-то просто. Поступив в детский сад, ребенок попадает в новые, непривычные условия, в окружение незнакомых ему взрослых и детей, с которыми приходится налаживать отношения. Из привычного мира семьи он попадает в совершенно новые условия. Поэтому вполне понятно, почему малыш с первых дней посещения плачет, тяжело переживает разлуку с мамой. Ребенок в период адаптации – живая модель стрессового состояния, и, возможно даже, в первые дни посещения детского сада он может заболеть. Поэтому в этой ситуации очень важно создать условия для обеспечения ребенку эмоционального комфорта, развития у него навыков общения.

В настоящее время для нас, педагогов современного общества, остро встала проблема роста заболеваемости детей младшего дошкольного возраста. Анализ поведения детей в первые дни пребывания в детском учреждении показывает, что процесс приспособления, т.е. адаптации к новым социальным условиям не всегда и не у всех детей проходит легко и быстро. У многих детей процесс адаптации сопровождается рядом, хотя и временных, но серьезных нарушений поведения и общего состояния. К таким нарушениям относят:

1. нарушение аппетита (отказ от еды или недоедание)
2. нарушение сна (дети не могут заснуть, сон кратковременный, прерывистый),
3. а также меняется эмоциональное состояние (дети много плачут, раздражаются).

Сегодня в дошкольных учреждениях над данной проблемой работают психологи, педагоги и другие специалисты. Многие ищут инновационные методы и модели психолого-педагогической помощи детям. В свою очередь я, как воспитатель детей раннего возраста, решила не остаться в стороне, и обратилась к такому мало изученному коррекционному методу, как музыкальная терапия.

Музыкотерапия – это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях, а также для лечения различных соматических и психосоматических заболеваний.

В России музыкотерапию Минздрав признал официальным методом терапии в 2003 году. Развитие и изучение отечественной музыкотерапии связано с такими учеными как В. Люстрицкий, И. Тарханов, В.М. Бехтерев считал, что среди вспомогательных средств общения самым действенным и организующим является музыка. Таким образом, музыкотерапия в процессе адаптации детей ранней возраста может являться способом эмоционального воздействия на ребенка, способом коммуникации, способом музыкального развития детей. Музыка положительно влияет на дыхание, кровообращение, устраняет растущую усталость и придаёт физическую бодрость. Так же он считал, что с помощью музыкального ритма можно установить равновесие в деятельности нервной системы ребёнка, умерить слишком возбуждённые темпераменты и растормозить заторможенных детей, урегулировать неправильные и лишние движения.

Некоторые рекомендации и предостережения специалистов по применению музыкотерапии

Цель музыкотерапии: стабилизация эмоционального состояния детей и взрослых, подготовка к режимным моментам, обеспечение позитивной адаптации

Особенности использования:

- громкость звучания музыки должна быть строго дозирована (не громко, но и не тихо)
- использовать для прослушивания следует те произведения, которые рекомендует психолог (в том порядке, в каком рекомендовано, для каждого ребенка индивидуально)
- Возбудимым, беспокойным детям полезны классические музыкальные произведения в медленном темпе – *adagio*, *andante*. /Таковыми обычно бывают 2-е части классических сонат, инструментальных концертов./
- Дети раннего возраста в первую очередь реагируют на ритм, звуки инструментов и общую гармонию музыкальной композиции.
- Для детей с синдромом угнетения полезны классические произведения в темпе *allegro* и *allegro moderato* Моцарта, Шуберта, Гайдна и др.

Полезны в этом случае и вальсы Чайковского, Вивальди, а также маршевые мелодии.

Ни в коем случае нельзя давать маленьким детям слушать музыку через наушники!

Наши уши природой приспособлены слышать рассеянный звук. От направленного звука (именно таким звук делают наушники) “незрелый” головной мозг ребенка может получить акустическую травму.

Адаптационный период

Спокойствие, снятие нервного возбуждения, создание положительного настроения. Лирическая, мягкая, элегическая, нежная, задумчивая музыка.

- В.Моцарт «Моцарт для детей» (подбор произведений) - 1 неделя
- Ф.Лист «Грёзы любви» - 2 неделя
- Э.Григ «Утро» - 3 неделя
- Г.Форе «Элегия» - 4 неделя
-

Список рекомендуемой литературы

1. Ермакова С. Пальчиковые игры от года до трех лет. М., 2019.
2. Картушина М.Ю. Забавы для малышей: Театрализованные развлечения для детей 2-3 лет. – М.: ТЦ Сфера, 2016.
3. Лапина И.В. Адаптация детей при поступлении в детский сад. Волгоград: «Учитель», 2017.
4. Маханева М.Д., Рещикова С.В. Игровые занятия с детьми от 1 до 3 лет: Методическое пособие для педагогов и родителей. М.: ТЦ Сфера, 2015.