

## МУЗИЧНА ТЕРАПІЯ У КОРЕКЦІЙНІЙ РОБОТІ З ДІТЬМИ

**Бухнієва Олена, доцент, кандидат педагогічних наук**  
*доцент кафедри музичного та образотворчого мистецтва*  
*Ізмаїльського державного гуманітарного університету*

Одне із завдань інклюзивної освіти – створення доброзичливого та доступного середовища, що дозволяє учням отримувати знання, максимально реалізувати власні можливості у постановці та досягненні життєвих цілей. Тут «на допомогу» приходять музикотерапія як одна із складових навчального процесу дітей із особливими потребами.

Термін «музикотерапія» має греко-латинське походження і в перекладі означає «лікування музикою». Існує багато визначень поняття «музикотерапія». Значна частина вчених вважають музикотерапію допоміжним засобом психотерапії, засобом специфічної підготовки пацієнтів до використання складних терапевтичних методів. Інші автори визначають музикотерапію як:

- контрольоване використання музики в лікуванні, реабілітації, освіті та вихованні дітей і дорослих, які страждають від соматичних та психічних захворювань;
- системне використання музики для лікування фізіологічних та психосоціальних аспектів хвороби або розладу;
- засіб оптимізації творчих сил та освітньо-виховної роботи.

Музикотерапія в цілому розвивається як інтегративна дисципліна (інтеграція – процес об'єднання частин у ціле) на стику нейрофізіології, психології, рефлексології, музичної психології, музичного виконавства та ін. Вона все більше утверджується в статусі універсальної виховної системи, здатної оптимізувати процес особистісного розвитку людини в сучасному суспільному житті.

Особлива цінність методу музикотерапії у тому, що заняття музикою майже завжди є джерелом позитивних емоцій, викликають в дитини інтерес до занять і прагнення

взаємодії з дорослим. Працюючи з дітьми з обмеженими можливостями потрібно мати певні навички. Це вміння створити атмосферу психологічного комфорту, що дозволить досягти позитивної динаміки реабілітаційного періоду для дитини, та вміння встановлювати контакт із дитиною. Таке можливе за допомогою міміки, погляду, посмішки, жести, лагідного виразного мовлення, а головне – звуків музики з позитивним настроєм.

Музикотерапія – це лікування музикою. Виділяють чотири основні лікувальні дії музикотерапії:

- емоційна активізація в ході вербальної психотерапії;
- розвиток навичок міжособистісного спілкування, тобто, комунікативних функцій і здібностей (спільне слухання музики з метою створення атмосфери взаємної довіри між вихователем і дитиною);
- регулюючий вплив на психічні процеси;
- підвищення естетичних потреб дитини.

Детальний розклад занять з музичної терапії виглядає наступним чином:

- заняття проходять двічі на тиждень по 30 хвилин;
- структура занять відрізняється між групою дітей з аутизмом та групою дітей з іншими захворюваннями (наприклад, розумова відсталість, церебральний параліч, синдром Дауна);
- багаторазове використання одних і тих самих навчальних матеріалів, один і той самий матеріал використовується багаторазово, щоб діти могли навчатися у власному темпі;
- музичні матеріали частково дублюються в різних групах.

**Рекомендований список музичних творів для спільного слухання музики з дітьми**

*Слухання музики в ігровій формі:*

**«Марш зайченят»**



**«Барабан»**



**Хоровод «Овочі»**



**«Осіння забавлянка»**



**Пісня «Сонячний зайчик»**



**«Ходить гарбуз по городу»**



**Класичні твори:**

**1. В.А. МОЦАРТ. Соната для фортепіано №11 Ла мажор** (робить продуктивною будь-яку діяльність: дитина малює або грає в кубики або ліпить із пластиліну, знімає м'язове напруження дитини).



**2. І.С. БАХ. Скерцо** (слухання сюїти Баха через деякий час знімає м'язове напруження дитини, виконання на флейті ніби «висвітлює», пом'якшує звучання).



**3. Л. ван БЕТХОВЕН. Соната №14** (зніме дратівливість, невроз, підніме над рівнем повсякденності за рахунок повільного темпу і неголосного звучання. Дитина швидше заспокоїться і стане відповідати.



**4. А. ВІВАЛЬДІ. «Пори року», концерти «Весна», «Літо», «Осінь», «Зима»** (всі твори цього композитора будуть корисні дітям, кожна частина малює чудові картини природи, заспокоює та ніби пестить дитину).



**5. І. ШТРАУС. Вальс «На чудовому голубому Дунаї»** (твір легкий, повітряний, можна звернути увагу дитини на духові та струнні інструменти, це допомагає розвивати почуття мелодії та ритму).



**6. Ф. ШОПЕН. Прелюдія Ля мажор** (підніме життєвий тонус, поліпшить настрій, активність і самопочуття, всі твори цього композитора чудові, мелодичні, просякнуті глибокими емоціями, здатними швидко передаватися слухачеві).



**7. К. СЕН-САНС. «Карнавал тварин»** (14 музичних мініатюр, що ілюструють тваринний світ, розвивають уяву дитини: і черепаха, і лев, і кенгуру, і, звичайно, лебідь. Дитина, починаючи з двох років, буде ловити кожен ваш рух, намагатися його повторити. Дитина молодшого віку буде з жадібністю стежити за вашими пантомімами під музику. Почніть з однієї частини в день, потім малюк сам буде просити вас про такі сеанси).



**8. М. ЛЕОНТОВИЧ.** Обробка української народної пісні «Щедрик» (підніме життєвий тонус, поліпшить настрій, активність і самопочуття).



До активних форм корекційного впливу музикотерапії відносять вокалотерапію, кінезітерапію.

Вокалотерапія спрямовано на оздоровлення організму дитини, створення позитивного настрою, позитивного ставлення до життя. Існують два способи лікування музикою. Перший, це пасивне слухання, спрямоване на розслаблення нервової системи. Другий – це терапія співом, що має на увазі творчий аспект сприйняття музики.

Під час застосування пасивної музикотерапії, дитина лише слухає музичні твори, які позитивно впливають на здоров'я й загальне самопочуття.

У той час активна форма передбачає активну участь дитини у музикуванні, співах, рухах.

Спів є найдоступнішим і наймобільнішим видом музичної діяльності дітей. Заняття співом викликають позитивні емоції, що в свою чергу дозволяє активізувати і розмовну діяльність. Водночас спів гармонізує процес дихання і володіння голосом, сприяє нормалізації м'язового тону, формуванню кінетичних рухових мелодій. Такі характеристики, як інтонація, ритм, паузи та інші є загальними для мови і музики. Заняття співом допомагають дитині відчувати, а потім усвідомити ці явища в своїй промові. Музичний ритм допомагає дитині налагодити ритм дихання. Правильне дихання дає змогу розвивати легені, а це у свою чергу викликає кращу циркуляцію крові в організмі, що дає загальний оздоровчий ефект для всього організму. Дихальні вправи розвивають правильне співоче дихання; м'язи, які беруть участь в утворенні звуку; тренують голос на витривалість.

Кінезітерапія відноситься до однієї з форм активного впливу музикотерапії і є комплексом вправ, етюдів, ігор спрямованих на корекцію моторики, що сприяють зняттю м'язового тону, психоемоційної напруги. Під впливом музики діти вчаться висловлювати свої враження за

допомогою рухів, керувати своїми емоціями та настроєм. У кінезітерапії виділяють вправи, спрямовані на зміцнення психічного здоров'я дітей, створення позитивного емоційного настрою, використовують атрибути різного кольору. Наприклад, використання різних шарфіків, стрічок, хустинок синього, червоного, жовтого та зеленого кольорів, сприяють створенню гарного настрою, заспокоюють, благотворно впливають на організм. До психогімнастики ставляться також ігри, створені задля розвитку уваги, пам'яті, рухової активності. За допомогою музичних ігор можна стабілізувати емоційний стан дитини, регулювати нервову систему, оскільки в музиці є ритм. За допомогою метроритму можна загальмувати надто збуджених дітей та активізувати повільних. Ритмопластика: етюди та вправи, спрямовані на зняття м'язової напруги, коригування рухів. Одним із варіантів ритмопластики є сюжетно-ігрова кінезітерапія, коли всі вправи об'єднані одним сюжетом, проводяться в ігровій формі та спрямовані на релаксацію та коригування моторики. Ігрова кінезітерапія може розглядатися, як один із самостійних методів впливу та корекції поведінкових відхилень. Такі ігри, як правило, знімають не лише агресію, негативізм, вони є фактором психологічного розвантаження, допомагаючи дитині прийняти норми та правила поведінки у суспільстві.

Наприклад в етюді «Лев полює, лев відпочиває» на музику К. Сен-Санса «Королівський марш левів» дитина, зображуючи поведінку лева, має можливість поричати, даючи вихід втоми, дратівливості, що накопичилася за день, а потім під спокійну музику може зручно розташуватися і розслабитися.

### **К. СЕН-САНС «Королівський марш лева»**



Використання елементів драматизації або пантомімічних етюдів також можна використовувати в іграх для формування емоційно-вольової сфери, розвитку

пластики рухів та зняття м'язових затискачів і спазмів. В процесі інтегративної кінезітерапії діти не тільки розвивають творчі здібності, а й вирішують психологічні та поведінкові проблеми. Логоритміка спрямована на подолання мовних труднощів за допомогою музики, руху та мови і включає в себе пальчикові, мовленнєві та комунікативні ігри. На заняттях з логоритміки музика є початком руху, і кожен музичний сигнал викликає рухову реакцію. Це допомагає розвивати слух, увагу та коригувати мовні порушення. Широке використання танцю та ігор для спілкування створює позитивний емоційний настрій і дозволяє «особливим» дітям навчитися взаємодіяти в команді та знаходити спільну мову з однолітками. Коли логоритміка розглядається як окремий елемент уроку або коли плануються самостійні, сюжетні заняття, вона може коригувати вміння переміщатися в просторі за допомогою мови і рухів, зміцнювати м'язову силу, розвивати уяву і пам'ять, а музика – координувати рухову активність, знімати емоційну напругу і допомагати адаптуватися до навколишнього середовища.

## В. КОСЕНКО. «Дощик»



Пропонуємо форми вправ, які варто застосовувати під час занять

### Пісні на початку та наприкінці заняття

Надзвичайно важлива форма роботи на початку заняття, допоможе створити атмосферу прийняття та довіри. Бажано, щоби ці пісні були незмінні на кожному занятті – так дитина відчуватиме безпеку і зможе налаштуватися на подальше заняття та із задоволенням завершувати його.

#### Музичне вітання



## Музичне прощання



### Музикомалювання

Його мета – пом'якшити наслідки, створити сприятливі умови для задоволення дитячих інстинктів, активізувати нервову і пасивну дитину та реалізувати її потенціал у творчій діяльності.

Можна використовувати різні методи малювання, але важливо навчити дітей створювати музичні образи на папері. Найкраще працювати на великих аркушах паперу, використовуючи великі олівці або фломастери. Дуже привабливим є малювання пальчиками спеціальними фарбами. Критерієм вибору музичного матеріалу є те, що музика повинна пробуджувати емоції, уяву і творчість учнів. Малювання під час прослуховування мелодії допомагає дитині символічно виразити свій внутрішній світ. Музика може перетворюватися на палітру фарб за бажанням дитини, захожуючи творче самовираження та розвиваючи здорову впевненість у собі.

Вправа виконується в розслабленій і легкій позі, що знімає психологічні бар'єри і дозволяє розслабитися.

Запропонуйте дітям послухати музику різного характеру, відчути її атмосферу та намалювати музику так, як вони її відчувають. Тему музикування можна продовжити, малюючи звуки природи. Можна малювати почуті звуки. Довгі звуки можна малювати довгими лініями, а короткі – крапками. Це заняття стане улюбленим домашнім завданням для дітей і батьків.

### **Орієнтовні музичні твори для слухання та малювання**

Українські народні пісні:

- «Плакуча гітара»
- «Ніч яка місячна»
- «Два кольори, два кольори»
- «Несе Галя воду»
- «Цвіте терен»
- «Розпрягайте хлопці коні»



- «В саду гуляла»
- «Їхав козак за Дунай»
- «Ой у полі криниченька»
- «Журавель»
- «В печері гірського короля». «Пер Гюнт». Оркестрова сюїта Е. Гріга



### **Жестові ігри та вправи Телесна перкусія**

Створення музики за допомогою власних рухів тіла та звуків. Такі рухи змінюють рівень гормонів, покращують настрій, гармонізують роботу двох півкуль мозку, покращують відчуття ритму і водночас підвищують здатність складати та виконувати мелодії.

#### ***Ритм-гра***



#### **«Юний диригент»**

**Мета:** загальна моторика, слухова пам'ять, почуття ритму, зв'язок музики і руху, виховання музичного слуху, мотивація до праці, розвиток емоційної та спонтанної сфери дітей.

**Обладнання:** музичні записи, дитячі інструменти.

**Методика:** діти з порушеннями інтелекту мають недостатньо розвинену моторику, скуті та некоординовані рухи. У цій справі музика стає головним координатором і помічником, як фізичним, так і психологічним, для дітей, які не звикли виступати індивідуально перед групою, не впевнені в собі, сором'язливі і скуті. Однак у процесі роботи рухи дітей стають більш плавними, слухняними та скоординованими. Емоції загострюються, а скутість і тривожність зникають. Діти диригують і музикою, і співом, виступає вся група.

**Орієнтовні музичні твори для диригування**

- «Грицю, Грицю». Укр. нар. пісня
- «Вийди, вийди сонечко». Укр. нар. пісня
- «Осінь-забавлянка». О. Авдєєва
- «Женчикок Бренчикок». Укр. нар. пісня

**Гра з лялькою, ведмедиком, зайчиком**

**Мета:** сприяти вираженню внутрішнього стану дитини та характеру її стосунків з батьками, родичами, друзями та соціальним оточенням. У процесі гри розкриваються глибинні (часто приховані) почуття. Характер гри допомагає вивільнити почуття агресії, переживання, неповноцінності та невизнання. Під час гри внутрішні конфлікти нейтралізуються і стають емоційним катарсисом.

Ця форма музичної терапії вчить самостійності, незалежності від оточення та відповідній поведінці для адаптації до цього оточення. Музика забезпечує відповідний фон (зовнішній і внутрішній емоційний) і гармонійний вплив, пробуджує активність і впевненість, сприяє розслабленню і душевній рівновазі, спонукає до гармонії, стабільності і позитивної самореалізації.

**Орієнтовний список музичних творів**

- «Два веселих гусі». Укр. нар. пісня
- «Черепаша Аха». Музика та слова Ганни Чубач
- «Вийди ,вийди, Сонечко». Укр. нар. пісня (обр. Л. Ревуцького)

- *Дитячі пісні: «Зайчєня», «Бджілка Бзз», «Котик», «Цуєня», «Танок маленьких качєнят», «Сєнєчко», «Кіцю, Кіцюня».*

### ***Ударна гімнастика***

Вправи зі звуковими жєстами (плєскання в долоні, тупання ногами, постукування ногами) дуже важливі для дїтей з особливими освітніми потребами. Оскільки вони не можуть повністю відчувати своє тіло, тактильна стимуляція є ефективною. Крім того, вправи зі звуковими жєстами розвивають почуття ритму.

Мета: Стимуляція уваги та концентрації, аудіовізуальне кондиціювання, корєкція рухових і тактильних відчуттів, створєння умов для спілкування та взаємодії в групі.

Спілкування та взаємодія всередині групи, від індивіда до групи та від групи до індивіда. Використовуйте ритмічні інструменти, костюмований реквізит, спортивне обладнання та іграшки.

### ***Ритм-гра «Тїлесна перкусія»***



### ***Музично-ритмічна вправа «Дрібний крок та підскоки»***



### ***Гра на музичних інструментах***

Гра на ударних інструментах (барабанах, паличках тощо) також сприяє підвищенню м'язового тєнусу, зміцненню м'язів усього тіла. Також вправи з ударними інструментами розвивають почуття ритму й тембру. Відомий і терапевтичний ефект від гри на барабанах: зокрема, зменшуються напруження і тривога та вивільняється зайва, негативна енергія. Гра на інших

перкусійних інструментах (маракасах, трикутниках, бубнах тощо) розвиває дрібну моторику та фонематичний слух. Крім того, покращуються увага та пам'ять. В якості звукових сигналів можна використовувати барабани, тарілки, гонги, трикутник і ріжок. Музичні ігри та вправи можна використовувати завдяки їхньому жвавому (ігровому) характеру, привабливому розмаїттю форм, оптимістичному настрою.

Гру на музичних інструментах та музичні вправи можна використовувати завдяки їхньому жвавому (ігровому) характеру, привабливому розмаїттю форм та оптимістичному настрою. Вони є одним з улюблених елементів музикотерапевтичних занять.

### ***Музична гра «Сопілочка і барабан»***



### ***Рухливі або спокійні музичні ігри та вправи***

Ці ігри та вправи – крокування, біг, стрибки, кружляння – сприяють розвитку великої моторики дітей. Дають вдосконалити орієнтування в просторі та координацію рухів; вчать реагувати на паузи (зупинятися), змінювати рухи залежно від зміни характеру музики, темпу-ритму та тембру. Хороводні ігри вчать комунікативних навичок та взаємодії з іншими членами навчального колективу.

Мета: Свідомо і чутливо вловлювати музичний ритм у русі – одному з найхарактерніших спонтанних проявів життя дітей. Розвивати психічну та фізичну слухняність і здатність інтегруватися з музичним ритмом.

### ***Ритмічна гра «Twinkle, twinkle»***



### ***Ритмічна гра «Веселий ритм»***



### ***Ритмічна гра «Рожева пантера»***



Під впливом музики у «особливих» дітей покращується координація рухів, мовлення, когнітивні навички та вольові якості. Завдяки різноманітності та багатству музичних звуків у дітей створюється радісний і щасливий настрій, підвищується життєвий тонус і благотворно впливає на загальний фізичний стан.

## **ПРАКТИЧНІ ВПРАВИ**

**Аліна Марченко, студентка**  
*Ізмаїльського державного гуманітарного університету*

### ***Гра «Тихо – голосно»***

*Мета:* розвиток музичного слуху, сприйняття звуків різної сили.

*Завдання:*

- навчання вмінню розрізняти музику, що звучить голосно або тихо;
- навчання навички тихої та гучної гри на музичному інструменті;
- розвиток концентрації уваги;
- виховання інтересу до музики та музичних інструментів;
- вміння взаємодіяти в колективі.



### **Гра «Звуки високі та низькі»**

**Мета:** навчити дітей розрізняти поняття у музиці низьких і високих звуків; виховувати допитливість, інтерес до інструментальної діяльності, вміння взаємодіяти в колективі.

**Завдання:**

- узагальнити та закріпити знання про низькі та високі звуки;
- визначити поняття високо та низько на слух;
- сприяти розвитку образного сприйняття понять високий і низький звук.



### **Гра «Весело – сумно**

**Мета:** розвиток дітей визначати настрій музичного твору, висловлювати настрій за допомогою карток та міміки.

**Завдання:** продовжувати знайомити дітей з музикою, різною за характером (веселою, сумною), розрізняти різнохарактерні твори, виховувати у дітей стійкий та чуйний інтерес на музичні твори.



### **Гра Швидко-повільно**

**Мета:** навчити дітей розрізняти поняття темпу у музиці; виховувати допитливість, інтерес до інструментальної діяльності.

**Завдання:**

- узагальнити та закріпити знання про швидкий та повільний темп;
- визначити поняття темпу у музиці;
- сприяти розвитку образного сприйняття понять про швидкий та повільний темп у музиці.



## Гра «Вгадай, який музичний інструмент звучить?»

**Мета:** розвивати вміння розрізняти та називати музичні інструменти на слух за тембрами та їх звучанням.

**Завдання:** розвивати слухову увагу, активізувати та збагачувати словниковий запас; виховувати у дітей інтерес до музики, спонукати емоційно відгукуватися на те, що відбувається.



### Список використаних і рекомендованих джерел:

1. Антонова-Турченко О. Музична психотерапія: посібник-хрестоматія. К. ІЗМН, 1997. 260 с.
2. «Марш зайченят» А. Жилінський <https://youtu.be/njjsmsCH-ug>
3. Біркіна С. <https://www.youtube.com/watch?v=NyOuKihJyEY>
4. Авдєєва О. <https://www.youtube.com/watch?v=8TtMtpPlCCg>
5. Біркіна С. <https://www.youtube.com/watch?v=Kn-NIwEow6U>
6. Побережна Г. Педагогічний потенціал музикотерапії / Г. Побережна. № 2. 2008. С. 9-12. (Мистецтво та освіта).

7. Скрипник Т. В. Методика дослідження психічних процесів у дошкільників з аутизмом / Т. В. Скрипник. К. Педагогічна думка. 2008. 72 с. (Методичні рекомендації).
8. Скрипник Т. В. Путівник для батьків дітей з особливими освітніми потребами / Т. В. Скрипник. Київ, 2010. 36 с. (Книга 6: Дитина з аутизмом).
9. Тарасу В. В. Концепція розвитку, навчання і соціалізації дітей з аутизмом / В. В. Тарасун, Г. М. Хворова. К. Науковий світ, 2004. 100 с.
10. Український музичний фольклор та народні традиції в житті дошкільнят /Уклад. Т. І. Науменко, І. С. Товма. К. ІСД, 1993.
11. Ханзерук Л. О. Формування досвіду спілкування у дошкільників з церебральним паралічем / Л. О. Ханзерук – К, 2001. 20 с. (Автореферат дис. на здобуття наук. ст. канд. пед. наук).
12. Шабутін С. Зцілення музикою. / С. Шабутін, С. Хміль, І. Шабутіна. Тернопіль: Підручники і посібники, 2008.
13. Шевчук А. С. Діти різні – методики варіативні / А. С. Шевчук. К. 2000. № 10. С. 12-14. (Педагогічні умови музичного розвитку дітей у різновіковій групі //Дошкільне виховання).
14. Юрина Э. А. Коррекционно-педагогические условия использования фольклора в эстетическом воспитании учащихся 5-11 классов школы слепых / Э. А. Ютрина – Киев, 1992. 188 с. (Дисс. канд.пед. наук.)
15. [https://youtu.be/tAKj\\_gpaCB0?feature=shared](https://youtu.be/tAKj_gpaCB0?feature=shared)
16. [https://www.mozaweb.com/uk/Extra-Audio-Volfgang\\_Amadej\\_Mocart\\_Sonata\\_dlya\\_fortepiano\\_11\\_lya\\_mazhor-211055](https://www.mozaweb.com/uk/Extra-Audio-Volfgang_Amadej_Mocart_Sonata_dlya_fortepiano_11_lya_mazhor-211055)
17. <https://useraudio.net/search/%D0%B8-%D1%81-%D0%B1%D0%B0%D1%85-%D1%81%D0%BA%D0%B5%D1%80%D1%86%D0%BE-%D1%88%D1%83%D1%82%D0%BA%D0%B0-%D1%81%D0%B8-%D0%BC%D0%B8%D0%BD%D0%BE%D1%80>
18. <https://beethoven.ru/mondscheinsonate>
19. <https://www.youtube.com/watch?v=2h6gWc7x0TU>
20. <https://muzofond.fm/search/%D0%B8%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%BD%D0%BD%20%D1%88%D1%82%D1%80%D1%81%D0%B8-%D0%BC%D0%B8%D0%BD%D0%BE%D1%80>



80%D0%B0%D1%83%D1%81%20%D0%BD%D0%B0%20%D0%B3%D0%BE%D0%BB%D1%83%D0%B1%D0%BE%D0%BC%20%D0%B4%D1%83%D0%BD%D0%B0%D0%B5

21. [https://soundcloud.com/angel\\_alex/shopen-f-prelyudiya-lya-mazhor-soch28-7](https://soundcloud.com/angel_alex/shopen-f-prelyudiya-lya-mazhor-soch28-7)

22. <https://indigo-child.yolasite.com/%D1%81%D0%B5%D0%BD-%D1%81%D0%B0%D0%BD%D1%81.php>

23. <https://www.facebook.com/watch/?v=3194968690777645>

24. <https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=Iyydhd7MKbA>

25. <https://youtu.be/Hd-iuiGqp1A>