Музикотерапія (музична терапія) - це процес міжосо- бистісного спілкування, у якому застосовується музи- ка та всі сторони її впливу — фізична,емоційна, інте-лектуальна,соціальна, естетична і духовна - з метою покращення чи збереження здоров'я людини.

Музикотерапія передбачає цілісне та ізольоване ви- користання музики як основного і провідного чинника впливу (музичні твори), так і доповнення музичним супроводом інших профілактичних прийомів ( психо- гімнастика, логоритміка). Розглянемо використання прийомів музикотерапії на заняттях з музичного виховання.

Мета музичних занять - сформувати навички співу, слухання, ритмічних рухів, з урахуванням вікових можливостей, прищепити дитині любов до музики як до мистецтва, розвинути почуття прекрасного, зба-гатити її естетичний смак.

Давно відомо, що:

* Слухання має найбільший вплив на пам'ять і, менш за все, на ручну моторику .
* Ритміка має найбільший вплив на більшість психологічних характеристик, за винятком арти- куляції.
* Спів виявив найбільший вплив на артикуля- ційну та загальну моторику і найменший - на пам'ять .
* Музичні ігри максимально ефективно впливають на пам'ять та музичність дітей ,а найменше - на ручну моторику.

"Малювання музики" або "активне слухання" дозво- ляє розширити емоційну палітру дитини, зробити слухове сприйняття більш диференційованим, роз- винути пам'ять і увагу, навчити висловлювати сло- вами пережиті почуття. Музика, що здавна засто- совується лікарями як засіб поліпшення загального

самопочуття, підвищення працездатності, зниження стомлюваності, одержала назву функціональної.

Вона може сприяти створенню особливого "регульо- ваного" корекційно - розвиваючого, комфортного для психіки дитини середовища.У дитячому садку функці- ональна(фонова) музика дозволяє оптимізувати нер- вово -психічне навантаження дитини, підвищити про-

дуктивність її участі у навчально - виховному процесі. Музичний супровід занять дозволяє створити атмо- сферу довірливості , відчуття спонтанності та при- родності.

Дуже ефективні активні форми музикотерапії, до яких відносяться: вокалотерапія, ритмотерапія,хоре- отерапія та ігрова психотерапія. "Музичні паузи" , як форму активного відпочинку, корисно створювати

між заняттями, як один з варіантів рухових динаміч- них п 'ятихвилинок.

Емоційна музична розрядка дозволяє дітям переклю- читися з однієї діяльності на іншу, підвищуючи цим їхню працездатність. Пасивна форма музикотерапії, така як імаготерапія, корисна перед тихою годиною.

Вона полягає у слуханні спокійної музики ,релаксації і фантазуванні на задану тему. Грамотно підібрана музика зніме напругу, нормалізує психовегетативні

та фізіологічні процеси дітей, зробить ї сон більш

глибоким і спокійним.