

**Проект педагога-психолога МБДОУ детского сада №561  
Новиковой Татьяны Георгиевны «Коррекция  
эмоционально-чувственной сферы гиперактивных  
детей»**

**Актуальность:** число гиперактивных детей с каждым годом увеличивается. По данным разных авторов от 2 до 20% учащихся проявляют гиперактивные расстройства, характеризующиеся чрезмерной подвижностью, расторможенностью. Актуальность проблемы и в том, что гиперактивность представляет собой расстройство, имеющее множество разнообразных аспектов: неврологические, психиатрические, двигательные, языковые, воспитательные, социальные, психологические и т.д. Психическое развитие ребенка происходит, прежде всего, в процессе чувственного восприятия окружающего мира, которое связано с деятельностью различных органов чувств: зрения, слуха, обоняния, осязания. Восприятие окружающего посредством слуха дает возможность «озвучить» происходящее, отразить его значительно полнее, чем это происходит при работе одного лишь зрения. Овладение речью как средством общения и познания окружающего мира является важнейшим условием социального и познавательного развития ребенка. По мнению Л.С. Выготского, развитие высших психических функций зависит не только от когнитивных, интеллектуальных, но и эмоциональных процессов, от их взаимовлияния и взаимообусловленности. На ранних этапах развития речь является выражением эмоциональной сферы поведения.

Являясь неотъемлемой частью человеческой жизни, эмоции переставляют собой область, привлекающую постоянное внимание исследователей из разных областей наук. Эмоции – это обширный класс процессов внутренней регуляции психической деятельности.

Роль эмоций в жизни человека, их влияние на поведение и формирование личности ребенка представляли интерес для исследователей

различных областей знаний (философских, физиологических, психологических, педагогических и др.).

Одним из средств влияния на эмоциональную сферу ребенка является музыка. Воздействуя, музыка способна волновать, радовать, вызывать к себе интерес. Педагог создает все условия для проявления эмоционального отклика дошкольников, подводит их к осознанию содержания произведения, выразительных элементов музыкальной речи и комплекса выразительных средств. Благодаря этому произведение оказывает более сильное воздействие на чувства и мысли детей. Особая сила музыки заключается в ее свойстве непосредственно передавать растущее, развивающее чувство. Вот почему она является исключительно важным фактором в развитии ребенка.

Проблема развития личности в процессе общения с искусством нашла отражение в исследованиях, раскрывающих роль искусства в эмоционально-чувственном освоении мира (Л.С. Выготский), в социальном становлении дошкольников (А.В.Запорожец). Необходимость приобщения к культурному наследию, начиная с дошкольного возраста, и важность этого процесса для развития ребенка, подчеркивается в трудах Н.А. Ветлугиной, О.П. Радыновой, В.И. Петрушина и др.

На мой взгляд, влияние музыки на эмоциональную сферу детей начинается с тех светлых переживаний, которые связаны со слушанием первых пьес, с пением простых песен, с музыкальными играми. Обогащение жизни детей радостью, которую они испытывают, слушая музыку и исполняя песни, само по себе служит хорошей почвой для развития эмоциональной сферы.

Еще большее влияние оказывают специальным образом организованные сеансы с применением музыки.

Музыкотерапия – это психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека, где музыка используется как лечебное средство.

Терапевтическое воздействие музыки известно с древних времен. Основные механизмы воздействия музыкотерапии делают этот метод максимально индивидуально эффективным для каждого человека. С одной стороны, музыка, содержащая ритм, воздействует на определенные мозговые зоны и активирует или синхронизирует работу мозга в целом. Подбирая музыкальные произведения можно добиться нужного эффекта расслабления или повышения активности. Во-вторых, любая музыка несет в себе индивидуальную маркировку, т.е. ассоциируется лично для каждого человека с каким-то событием, соответственно имеет для нас определенное значение и вызывает определенные эмоции.

Наиболее сенситивным периодом для использования музыкотерапии в работе с дошкольниками оказывается возраст 6-7 лет, а в отдельных случаях 5-6 лет. Это определяется тем, что в это время у ребенка уже сформированы основные речевые, двигательные навыки, а также навыки, связанные с художественной, музыкальной деятельностью, которые могут быть использованы в сеансах рецептивной, активной и интегративной музыкотерапии. В этом возрасте с помощью взрослого ребенок может вербализовать свои эмоциональные состояния, настроения, что является важным моментом и в диагностике, и в коррекционной работе средствами музыкотерапии.

Музыка оказывает сильное успокаивающее воздействие на гиперактивных детей.

**Цель:** коррекция эмоционально-чувственной сферы гиперактивных детей, развитие концентрации и объема внимания, развитие способностей планирования своих действий и самоконтроля над ними.

**Задачи:**

*образовательные:*

1. дать определение, что такое музыкальные инструменты;

2. кратко познакомить дошкольников с набором новых музыкальных инструментов;
3. дать определение, что такое настроение.

*развивающие:*

1. развитие эмоционально-личностной сферы детей;
2. развитие творческого и ассоциативного мышления детей;
3. вербализация детьми эмоционально-чувственных переживаний.

*воспитательные:*

1. создать в группе доверительную обстановку, позволяющую детям проявлять свои чувства и говорить о них;
2. научить детей справляться с плохим настроением;
3. учить детей слышать музыку и различать настроение музыки.

***Вид занятия:*** коррекционно-развивающий.

***Ход занятия:***

1.Игра-разминка «Общий круг».

Психолог: «Давайте сейчас сядем, но так, чтобы каждый из вас видел всех других ребят и меня, и чтобы я могла видеть каждого из вас» (дети рассаживаются в круг).

-А теперь, чтобы убедиться, что никто не спрятался и я вижу всех, и все видят меня, пусть каждый из вас поздоровается глазами со всеми по кругу. Я начну первая, когда я поздороваюсь со всеми, начнет здороваться мой сосед.

(Психолог заглядывает в глаза каждому ребенку по кругу и слегка кивает головой; когда он «поздоровался» со всеми детьми, дотрагивается до плеча своего соседа, предлагая ему поздороваться с ребятами).

Во время данного упражнения звучит фоном музыкальная миниатюра «Рассвет в лесу».

## 2. Дыхательное упражнение.

Вдох - закрыть глаза, выдох - открыть. Каждый раз, открывая глаза, необходимо отмечать то, что видите (можно произносить название объектов вслух).

Во время данного упражнения фоном звучит отрывок из произведения К.В. Глюка «Мелодия».

## 3. Игра «Что слышно?»

По сигналу психолога внимание детей обращается на звучание музыкальных инструментов (арфа, барабан, цитра, флейта). Затем дети должны рассказать знают ли они данные музыкальные инструменты. Далее психолог показывает картинки с изображением новых музыкальных инструментов и еще раз дает послушать звучание этих инструментов.

## 4. Упражнение «Узнай эмоции»

Психолог показывает картинки с изображением разных эмоций (радость, печаль, обида, интерес, страх, удивление) и просит детей угадать что изображено на картинках. Психолог и дети обсуждают каждую эмоцию.

## 5. Сказка

Психолог рассказывает детям сказку. На протяжении всего рассказа фоном звучит музыкальный ряд с отрывками из разных музыкальных произведений.

Психолог: «Сейчас я вам расскажу сказку про мальчика Митю и его волшебное зеркало. Эта история началась давным-давно. Жил на свете мальчик Митя и было у него волшебное зеркало.

Прошло несколько дней и Митя почти забыл о волшебном зеркале. Он положил его на полку и время от времени хотел взглянуть в него, но отвлекали всякие дела. В школе дали задание: создать азбуку на любую тему.

Ольга Петровна разрешила делать задание не поодиночке, а вместе с другом.

- Вам дается неделя времени! В следующий понедельник вы будете защищать свои работы, - сказала она.

Митя сразу же пихнул локтем своего соседа по парте и лучшего друга, Петю Солдатова, и сказал: у меня есть отличная идея!

Папа Пети Солдатова был дирижером - он руководил музыкантами в оркестре. И вот Митя задумал сделать музыкальную азбуку. Он напишет про разные инструменты и другие музыкальные штуки, а Петя попросит папу записать на диктофон, как это все звучит. И тогда они всему классу покажут настоящую "классную работу"!

Петьке идея понравилась и они с Митей договорились: в субботу встречаемся и репетируем выступление.

Митя так увлекся работой, что ничего вокруг не замечал. Постепенно он нарисовал картинки про все буквы: и для Арфы с Барабаном, и для Флейты с Цитрой, и когда настала суббота, с нетерпением ждал обещанного звонка от Петьки. Однако Петя не звонил. Митя решил сам позвонить, но Петина мама сказала: а его нет, он пошел к однокласснице, Оле Ниточкиной.

- Какая еще Оля Ниточкина? - и тут Митя вспомнил, что это новенькая девочка, которая пришла к ним в класс на прошлой неделе.

Петя не позвонил и вечером, а утром Митя не выдержал и пошел к нему домой.

- Знаешь, мы тут с Олей решили вместе азбуку делать. Я предложил динозавров, но она хочет про цирк. Ты ведь и сам справишься?

За спиной у Пети стояла новенькая и улыбалась. Митя так оторопел от неожиданности, что не смог сказать ни слова. Он повернулся и пошел домой, сам не веря в то, что услышал. Значит, его лучший друг смог так его обмануть и так подвести! Просто не верится!

И уже придя домой и войдя в комнату, Митя знал, что он увидит в старушкином зеркале. Обида, горчайшая обида - вот что он чувствовал. Но он все-таки посмотрел в волшебный экран.

Действительно, обида, которая летала вокруг него, была огромная. Когда Митя нажал на кнопку, ее перекошенное лицо едва влезло в экран.

- Ужасно, ужасно! - заняла обида. - никогда не прощай его! Друг, называется, из-за какой-то девчонки все дело провалил!

Митя выключил зеркало. Он и так слышал обиду, без увеличения. Она так громко голосила, что Митя почти ни о чем другом не мог думать. Он сунул зеркало в карман и пошел во двор.

В песочнице сидела маленькая девочка Зина. Многие во дворе ее дразнили "Зина-корзина", еще у нее была препротивная старшая сестра, которая ее часто обижала. Наверное, она знает про обиду больше многих. Митя присел на край песочницы и спросил девочку, уныло ковырявшую совочком ямку:

- Зинка, что ты делаешь со своими обидами?

Зина посмотрела на Митю. Помолчала.

- Я их глотаю! - наконец сказала она.

- Как глотаешь?

- Да просто так - сглатываю и все.

- И какие они на вкус?

- Горькие, соленые. Разные.

- Противно же!

- Я привыкла!

Митя задумался. Такую обиду, как у него, было трудно сглотнуть - уж очень она была большая. Если бы его назвали "Митяй-лентяй", то такую мелкую обидку он бы может и проглотил, и то неохота. И вообще - никакого желания пробовать обиды на вкус у него не было. Будут там сидеть в животе, шевелиться - еще заболеешь!

Тогда он подошел к пенсионеру Кузьме Иванычу, который сидел на лавочке у подъезда и что-то строчил в толстенную тетрадь.

- Простите, Кузьма Иванович! Вы не могли бы мне дать совет?

- Ну, спрашивай! - недовольно сказал пенсионер.

- У вас бывали обиды? Как вы с ними обходитесь?

- О!! - оживился сосед и даже глаза у него заблестели. - Обиды! Я их коллекционирую! Я все их записываю в эту тетрадку! Ни одну обиду не забываю! А вечерами - тут сосед мечтательно прикрыл глаза - я их перечитываю. Иногда они бледнеют - тогда я их растравляю, и они снова ярко вспыхивают. Вот смотри: в 1952 году одноклассник Сема Кузнецов поставил кляксу в мой учебник "Родная речь"...

Митя изумленно посмотрел в раскрытую тетрадь. Там мелким почерком были записаны обиды каждого дня! Сначала маленького Кузи, потом школьника Кузьмы и так далее. Пенсионер гордо протянул тетрадь Мите - и когда тот взял тетрадь на руки, то чуть не свалился со скамейки - тетрадь была тяжелая как гиря.

- Как же вы ее с собой таскаете? - спросил Митя у соседа - неужели вам не тяжело?

- Мне? Ничуть! Глупости спрашиваешь. И вообще - ты мне брюки испачкал своими ботинками! А мама твоя, Вера, дверью громко хлопнула! Хорошо, что я вспомнил эти обиды! А мог бы и забыть - ходят ту всякие, вопросы задают!

Митя поспешил отойти от старика - да и разговаривать с ним было не о чем. Ни за что на свете Митя не хотел бы превращаться в такого сварливого коллекционера, да еще таскать с собой целый пуд обид, которым больше пятидесяти лет!

Но все равно непонятно, что было делать с Митиной обидой. Да и с азбукой - ох, Митя вздохнул и у него все внутри словно перевернулось. Как жалко! Теперь вместо красивого музыкального представления у него будет самая обычная азбука с картинками, а ведь так хотелось сделать что-то выдающееся!

Митя вынул зеркало и опять увидел обиду, которая жужжала у него над ухом. Она была еще большая, но словно стала прозрачнее, и рядом с ней маячили две тени. Митя нажал кнопку и тени превратились в двух девушек.

Одну из них Митя знал - это была Грусть. Вторая была очень похожа на нее.

- Познакомься! Это Огорчение - сказала Грусть. - Она прилетела к тебе, потому что ты расстроился.

- Еще бы! - сказал Митя. - А все Петя виноват! Друг, называется!

- Мне все равно, кто виноват - сказала Огорчение - я просто знаю, что ты расстроен.

- И что же мне делать?

- Справиться с обидой и поговорить с Петей! Расскажи ему обо мне!

Тут на экран выскочило сморщенное лицо обиды:

- Да! скажи, скажи ему, что он предатель! Что ты сядешь на другую парту и никогда больше не позовешь его в гости!

Митя кивнул. Но вдруг он представил себе, что ему будет очень одиноко в классе и снова на экране показалось Огорчение.

- Нет, так не получится - ты только поссоришься с ним, а понять он тебя не сможет. Ты поговори иначе! Просто расскажи, что ты чувствовал.

Митя подумал и решил, что обиду придется на время заставить замолчать - иначе разговор не получится. Это было трудно. Митя сопел, ходил по комнате, даже ругался и пару раз пнул ногой по дивану, правда больно было при этом не дивану, а ноге. Наконец он снова взглянул в зеркало. Там, выпучив глаза, что-то пыталась сказать Обида, но рот у нее был заклеен и она только мычала и махала руками.

- Бубубубуу! Хммм-гммм! Мумумумуу!

- Ладно, - решил Петя. - Пойду поговорю теперь.

Петя открыл Мите дверь и сразу же сказал:

- О! Митька! А мы тут завозились! Что-то у нас не очень получается, давай ты нам что-то посоветуешь?

Митя покачал головой и сказал:

- Я не могу. Я зол на тебя, да! Зол как сто чертей! - потом он вспомнил сестер из зеркала и добавил - Я очень расстроен и мне обидно.

Оля подошла к мальчикам и спросила: а в чем дело?

Митя рассказал и как он готовился, и как ждал звонка, и как хотел все сделать лучше всех.

- Да, нехорошо получилось! - помолчав, сказа Петя - Как-то я не подумал! Ты меня, это, прости, а? А может успеем еще вместе все сделать?

Оля сказала:

- А у меня дома есть музыкальный синтезатор! Он прямо на компьютер звуки записывает! А оттуда на диск! Он все инструменты умеет изображать!

Мальчики переглянулись. Это было еще круче. И вообще - Оля эта была нормальная девчонка, веселая.

- Не обижайся, Мить! - сказал Петя. - ладно?

- Ладно, ладно! - проворчал Митя. Он побежал домой за своими материалами и дома аккуратно положил зеркало обратно на полку. Он мог в него и не глядеть - Обиды больше рядом не было.

Далее психолог обсуждает с детьми данный рассказ.

#### 6. Игра «Море волнуется...»

Психолог: «Все вы знаете игру «Море волнуется...». Сейчас мы с вами в неё поиграем, только немного изменим последние слова: «Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три, НАСТРОЕНИЕ моря замри!» И вам нужно будет остановиться и показать какое-либо настроение.

Молодцы, ребята, хорошо справились с заданием. А сейчас я вам открою один секрет.

Педагог-психолог раскрывает правило хорошего настроения.

Если у тебя плохое настроение, вспомни шум спокойного моря, музыку моря, представь картину спокойного моря. И твоё настроение улучшится! Помни! Твоё настроение зависит от тебя самого!»

#### 7. Заключительный этап

Релаксация «Поза покоя».

Необходимо сесть ближе к краю стула, опереться на спинку, руки свободно положить на колени, ноги слегка расставить.

Произнести медленно, тихим голосом, с длительными паузами.

Все умеют танцевать,

Прыгать, бегать, рисовать,

Но пока не все умеют

Расслабляться, отдыхать.

Есть у нас игра такая

Очень легкая, простая,

Замедляется движение,

Исчезает напряжение...

И становится понятно -

Расслабление приятно.

### *Заключение*

В процессе развития происходят изменения в эмоциональной сфере ребенка. Меняются его взгляды на мир и отношения с окружающими. Способность ребенка сознавать и контролировать свои эмоции возрастает. Но сама по себе эмоциональная сфера качественно не развивается. Ее необходимо развивать. Формирование необходимых эмоций, коррекция недостатков развития эмоциональной сферы должны стать одной из наиболее важных задач гуманистического воспитания.

Нравственное развитие и воспитание ребенка необходимо начинать с развития эмоциональной сферы, так как никакое общение, взаимодействие не будет эффективным, если его участники не способны, во-первых, «читать» эмоциональное состояние другого, а во-вторых, управлять собственными

эмоциями. Понимание своих эмоций и чувств является важным моментом в становлении личности растущего человека.

Исследования специалистов в области музыкальной психологии и педагогики показывают необходимость более серьезного подхода к проблеме использования музыки как коррекционного средства. Занятия музыкой способствуют общему развитию личности ребенка.

Взаимосвязь между всеми сторонами воспитания складывается в процессе разнообразных видов и форм музыкальной деятельности. Эмоциональный отклик на происходящие события и музыкальный слух позволит детям откликнуться на добрые чувства и поступки, помогут активизировать умственную деятельность. Музыка, непосредственно воздействуя на чувства ребенка, формирует его моральный облик.

Музыкопсихотерапия способствует нормализации психоэмоционального состояния. Она помогает установить контакт с педагогом-психологом, очиститься от отрицательных эмоциональных переживаний в процессе слушания музыки, снять нервно-психическое напряжение, наполниться положительными эмоциями.

Можно отметить, что мажорные мелодии помогают уменьшить чувство тревоги и неуверенности. Народная и детская музыка дает ощущение безопасности. Расслабляющим действием обладают звуки флейты, игра на скрипке и фортепиано. Успокаивающий эффект несут звуки природы. Чересчур подвижный и расторможенный ребенок, благодаря восприятию музыки, успокаивается, а нерешительный и неконтактный ребенок значительно повысил свой собственный тонус, уровень бодрости. В целом музыкальная «подсказка», звучащая во время того или иного действия на занятии, стимулирует навык вслушивания в музыку, возникновению добрых и положительных ассоциаций. Следовательно, занятия по музыкотерапии дают богатый опыт общения, наполняют жизнь радостными и яркими впечатлениями.

При построении музыкальных занятий следует учитывать умственные, физические, эмоциональные нагрузки детей; устанавливать преемственность в развитии музыкальных способностей в процессе усвоения музыкального репертуара и формирования необходимых знаний, умений и навыков; обеспечивать взаимосвязь и логическую последовательность всех видов музыкальной деятельности; учитывать возрастные особенности детей и специфику имеющихся отклонений в их развитии; обеспечивать соответствие учебным и воспитательным задачам музыкального развития.