

**ВІДДІЛ ОСВІТИ ТА КУЛЬТУРИ ВІЛЬНЯНСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ  
ЦЕНТР ДИТЯЧО-ЮНАЦЬКОГО РОЗВИТКУ ТА ДОЗВІЛЛЯ ІМЕНІ  
ВАЛЕРІЇ ГНАРОВСЬКОЇ ВІЛЬНЯНСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ**

**Оксана Орлова**

**ВЕСЕЛКОВА МУЗИКОТЕРАПІЯ**

Навчальна програма з позашкільної освіти  
соціально-реабілітаційного напрямку

**підготовчий рівень - 3 роки навчання**

**3 роки навчання**

Вільнянськ - 2024

**Затверджено рішенням педагогічної ради ЗПО “Центр дитячо-юнацького розвитку та дозвілля імені В. Гнаровської” Вільнянської міської ради від 29.08.2024( протокол № 4 від 29.08.2024) Рішення оформлення наказом директора від 29.08.2024 № \_\_\_\_\_**

**Розробник:**

Орлова Оксана - керівник гуртка закладу позашкільної освіти “Центр дитячо-юнацького розвитку та дозвілля імені В. Гнаровської Вільнянської міської ради

### Пояснювальна записка

**Актуальність.** В єдиній національній системі безперервної освіти пріоритетного значення набуває процес соціалізації, повноцінного розвитку та становлення життєво компетентної творчої особистості, максимального розкриття її природного потенціалу та задатків для подальшого самовизначення та самореалізації. Але слід зазначити, що численні неконтрольовані чинники інформаційно-звукового, соціально-культурного, політично-економічного напрямів сучасності заважають втіленню у життя стратегічної ідеї національної освіти – виховання вільної, гармонійної, самодостатньої і, головне, здорової людини. Неусвідомлено надмірне перебування дитини у потоці інформаційного негативу, що лине з екранів телевізорів, інтернету та у розмовах дорослих, здійснює, на жаль, свій шкідливий руйнівний вплив. Дисгармонія та внутрішнє напруження, які є причиною багатьох хвороб, все частіше стають характерними переживаннями сучасних дітей і становлять суттєву перешкоду їх повноцінному розвитку. Так як позашкільна освіта є невід’ємним складником системи освіти України загалом, то одним із шляхів вирішення окреслених проблем є розробка і використання в освітньому процесі позашкільного навчального закладу програми «Веселкова музикотерапія». Дана Програма розрахована для проведення гурткової роботи з дітьми старшого дошкільного та молодшого шкільного віку у позашкільних навчальних закладах.

**Новизна, оригінальність програми.** В умовах соціально-політичних, економічних, екологічних негараздів сучасного суспільства постає необхідність пошуку додаткових видів освітньої діяльності оздоровчо-профілактичного спрямування, що допоможуть захистити дитину від шкідливого впливу сьогодення, пробудять захисні механізми, закладуть основу формування її внутрішнього стрижня – психокультури. Одним з дієвих помічників у становленні та розвитку психокультури особистості є музика. Адже саме вона є найкращим вихователем, бо здатна цілеспрямовано та гармонійно формувати психіку людини з раннього віку. А здорова психіка є запорукою здоров’я – стану повного фізичного, духовного та соціального благополуччя.

Оскільки музичне мистецтво є носієм універсальних законів гармонії, воно може бути ефективно використане для **зміцнення** фізичного здоров’я, **гармонізації** емоційних станів і **моделювання** поведінки дитини, а також **активізації** її творчого потенціалу. Крім того, засоби музикотерапії можуть допомогти у розв’язанні проблеми **стимуляції** саморозвитку та самовдосконалення особистості.

Програма також містить дистанційну складову, що стало необхідним в сучасних умовах епідеміологічної ситуації в Україні та світі.

Зміст програми спрямовано на роботу зі здоровими дітьми задля гармонізації їх емоційно-психофізіологічних станів та підсилення розвитку природних здібностей і задатків, а також рекомендовано для роботи з дітьми, які мають незначні емоційно-психологічні розлади: неврози, страхи, комплекси, проблеми у поведінці, внутрішні конфлікти тощо.

Програма побудована **концентричним** способом, що передбачає повторне вивчення окремих розділів і тем на різних рівнях навчання з розширенням та поглибленням змісту навчального матеріалу.

Навчальна програма «Веселкова музикотерапія» реалізується у гуртках художньо-естетичного напрямку та спрямована на вихованців віком від 4 до 10 років.

Періодичність і тривалість занять – 1 раз на тиждень, 35-45 хв.

Програма включає два освітні рівні:

- підготовчий рівень;
- початковий рівень;

**Метою** програми є створення умов для розкриття саногенного потенціалу, розвиток музичальності та базових компетенцій для подальшої соціалізації дітей старшого дошкільного та молодшого шкільного віку.

Основні завдання програми:

- створення креативного, інноваційного середовища, у якому формується творча кометентність вихованців;
- використання творчо-розвивальних технологій і методів навчання;
- досягнення успіхів у фестивально-конкурсній діяльності вихованців основного рівня;
- мотивація вихованців до розвитку власних творчих здібностей, формування творчого стилю діяльності;
- гармонізація емоційно-почуттєвої та вольової сфер;
- зняття емоційно-психологічного напруження та досягнення катарсису у процесі музично-творчої діяльності;
- усунення психологічних блоків, розкріпачення поведінкових утисків;
- розвиток музично-творчих здібностей і задатків;
- формування музичної обізнаності та компетентності;

- розвиток креативності;
- формування мовленнєвої культури та соціальної комунікативності;
- становлення індивідуальної самодостатності.

## 5

Для успішного проведення музикотерапевтичної гурткової роботи програма передбачає використання широкого арсеналу специфічних методів та прийомів:

- метод катарсично-ігрової діяльності;
- метод тілесно-орієнтованої спрямованості музично-ритмічних рухів;
- метод релаксаційно-оздоровчого сприймання музики;
- метод оздоровчого співу та вокалізації позитивно-стверджувальних афірмацій;
- метод внутрішньо-виражального музикування;
- метод гармонійного резонансу;
- прийоми та техніки на розвиток емоційної сфери, соціальної взаємодії та поведінки, комунікації та мовлення.

Програма також передбачає формування таких компетентностей:

- пізнавальної – забезпечує ознайомлення з поняттями та знаннями, що стосуються музичного мистецтва;
- практичної – сприяє оволодінню навичками слухання, відтворення звукових явищ, співу та інсценізації пісень, тонування звуків, спонтанного музикування, методикою виконання вправ на розвиток глибокого черевного дихання ;
- творчої – забезпечує формування творчих здібностей вихованців у процесі оволодіння музичним мистецтвом, розвиток естетичних почуттів, та смаків;
- соціальної – сприяє вихованню дбайливого ставлення до надбань світової та вітчизняної культури, духовних та матеріальних цінностей рідного краю, народних традицій; самореалізації особистості в соціумі.

**Підготовчий рівень. 1-й рік навчання**  
**Навчально-тематичний план**

| №<br>п/п | Тема                                      | Кількість<br>годин |
|----------|-------------------------------------------|--------------------|
| 1        | Вступне заняття.                          | 1                  |
| 2        | Звукова мова тіла.                        | 6                  |
| 3        | Звуки природи.                            | 6                  |
| 4        | «Дерев'яні», «скляні» та «залізні» звуки. | 10                 |
| 5        | Звуки музичних інструментів.              | 6                  |
| 6        | Звуки Всесвіту.                           | 6                  |
| 7        | Підсумкове заняття.                       | 1                  |
| Всього   |                                           | 36                 |

**Зміст програми**

**1. Вступне заняття (1 год.)**

Знайомство з вихованцями. Ознайомлення з ритуалом початку та закінчення занять. Встановлення довірливих і доброзичливих стосунків між дітьми та педагогом. Зустріч з Феєю Музики.

**2. Звукова мова тіла (6 год.)**

**Оздоровчо-освітні завдання.**

- **Підняття** настрою та енергетичного тону дітей, **розвиток** почуття ритму та координації рухів тіла під час веселих та запальних танцювальних ігор з використанням ритмічного ляскання, тупотіння, плескання по своєму тілу тощо.
- **Активізація** слухової уваги та **формування** навичок слухового самопізнання у ході слухання та прислухання до звуків власного тіла: тертя та плескання рук, ніг, звуків серцебиття, дихання тощо.
- **Занурення** у вібрації українського музичного фольклору, **розвиток** співацьких навичок і рухової координації у процесі співу-гри українських народних пісень. (YouTube)

- **Здійснення** емоційного сплеску та **розвиток** відповідного реагування на музику в процесі музично-ігрової діяльності.
- **Нормалізація** емоційно-фізичного стану та **формування** навичок глибокого й оздоровчого дихання засобами дихальної гімнастики. (YouTube)
- **Гармонізація** роботи обох півкуль головного мозку та **розвиток** дрібної моторики пальців у ході виконання нескладних завдань пальчикової гімнастики.

## 7

- **Створення** умов для вивільнення завуальованих емоцій дитини та **розвиток** умінь елементарного музикування на саморобних маракасах у процесі інструментально-виконавської діяльності.
- **Нормалізація** емоційно-психологічного стану дітей, **розвиток** у них образної уяви та естетичного смаку під час проведення тілесно-орієнтованих вправ.

### 3. Звуки природи (6 год.)

- Психологічне **відокремлення** сумісної музико-терапевтичної діяльності від повсякденного життя звуком музичного інструмента. **Виховання** творчої розкутості засобами вокальних привітань-звертань мовою комах, птахів і тварин (великих і малих, добрих і злих). (YouTube)
- **Формування** емоційно-ціннісного ставлення до музичних занять та музики зокрема. **Активізація потреби** у музично-естетичній діяльності.
- **Позбавлення** від негативних емоцій і почуттів засобами тонування звуків природи. **Виховання** слухової уваги на звуках природи та вміння відтворювати голосом звукові явища.
- **Усунення** внутрішнього напруження у ході **закріплення** основ глибокого та оздоровчого черевного дихання.
- **Стимулювання** розумової активності, **розвиток** дрібної моторики та координації рухів пальців у процесі пальчикової гімнастики з використанням теми природи. (YouTube)
- **Гармонізація** емоційно-почуттєвого стану дитини шляхом сприяння появі естетичної насолоди й відчуття причетності до творчого процесу народження музики засобами саморобних музичних інструментів з природного матеріалу. **Ознайомлення** з різними регістрами фортепіано засобами розвитку азів інструментальної тематичної імпровізації.

- **Врівноваження** емоційно-психологічного стану та **поглиблення** розвитку емоційно-образної сфери засобами музичної релаксації з використанням теми природи.

#### 4. «Дерев'яні», «скляні» та «залізні» звуки (10 год.)

- **Здійснення** психологічного «відкриття» та «закриття» музико терапевтичної діяльності у процесі проведення ритуалу початку та закінчення заняття. **Поглиблення** відчуття власної значущості та важливості інших дітей у процесі привітання музичними інструментами з дерева, скла та заліза.
- **Посилення** активності слухового каналу сприйняття дійсності. **Розвиток** уміння розрізняти звуки, які видають предмети або музичні інструменти, виготовлені з дерева, скла та заліза.

### 8

- **Пробудження** генетично-звукової пам'яті дитини у процесі **ознайомлення, співу інсценізації та проживання** змісту колядок, щедрівок, новорічних пісень із наданням процесу співу ігрового характеру.(YouTube)
- **Створення** умов для появи відчуття радісного емоційного піднесення та задоволення від проведення музично-ігрової діяльності, **гармонізації** образної сфери дитини.
- **Формування** креативності та вміння творчо й нетрадиційно вирішувати поставлені завдання у процесі інструментальної гри. **Розвиток** ритмічного чуття у процесі музикування на предметах та музичних інструментах, виготовлених з дерева, заліза та скла.
- **Виховання** здатності зосереджуватись на внутрішніх відчуттях-переживаннях **і розвиток** образної сфери дитячої особистості засобами музично-релаксаційних вправ із використанням предметів із скла, заліза та дерева.

#### 5. Звуки музичних інструментів (6 год.)

- **Формування** у дитини відчуття постійності, звичності та безпеки (ритуал початку та кінця занять). **Надання** емоційно-психологічного задоволення від вокально-інструментального діалогу-привітання з кожною дитиною персонально.
- **Зняття** психофізичних утисків, вивільнення невикористаної енергії.
- **Формування** вміння зосереджуватися, запам'ятовувати й емоційно реагувати на звуки музичних інструментів, насолоджуватися ними. **Розвиток** уваги та посилення діяльності слухового каналу дитини.

- **Створення** умов для появи відчуття радості та задоволення від процесу співу. **Розвиток** інтонаційної точності та артикуляційної виразності за допомогою співу під супровід аудіозапису пісень у виконанні дитячих хорів і солістів. (YouTube)
- **Збагачення** музично-практичного досвіду, активізація потреби у музично-виконавській діяльності. **Ознайомлення** з музичними інструментами. (YouTube)
- **Формування** здатності емоційної саморегуляції, позбавлення від негативних емоцій і почуттів, страхів і комплексів. **Вирішення** проблеми дотику до самого себе та інших за допомогою вправ тілесно-орієнтованої терапії.

## 6. Звуки Всесвіту(6 год.)

- **Закріплення** розуміння особистісної цінності як себе, так інших дітей.

### 9

- **Удосконалення** навичок само презентації та самореалізації вихованців у процесі спонтанної вокальної, ритмічної музично-творчої діяльності. **Покращення** емоційно-сприятливої атмосфери у дитячому колективі та **гармонізація** стосунків між педагогом і дітьми.
- **Розширення** свідомості дитини в процесі ознайомлення зі «звуками Космосу». **Формування** здатності розпізнавати їх. (YouTube)
- **Надання** можливості творчого самовираження та **розвиток** музикальності у процесі співу та проживання змісту українських і тематичних дитячих пісень, проведення вокальної імпровізації.
- **Подолання** відчуття тривожності, страхів, невпевненості у собі, сором'язливості та гіперактивності.
- **Урізноманітнення** музично-образної уяви в процесі музично-ігрової діяльності на космічну тематику.
- **Зняття** внутрішнього напруження та негативних переживань засобами дихальної гімнастики. **Закріплення** основ глибокого черевного оздоровчого дихання. (YouTube)
- **Гармонізація** роботи півкуль головного мозку та поглиблення розвитку дрібної моторики засобами ускладнених завдань пальчикової гімнастики та вправ із музичного малювання.
- **Здійснення** виходу внутрішніх переживань засобами імпровізаційного музикування та **формування** вміння колективної та індивідуальної гри на музичних інструментах (за вибором дитини).

- **Нормалізація** емоційного стану дитячої особистості та **розвиток** емоційно-почуттєвої сфери за допомогою музично-релаксаційних вправ із використанням космічної тематики.

## 7. Підсумкове заняття (1 год.)

10

### Прогнозований результат:

#### Вихованці

- **мають** відповідне реагування на звук музичного інструменту, як сигналу початку і закінчення заняття;
- **вміють** концентрувати слухову увагу на звуках природи та голосом відтворювати звукові явища, **демонструють** вміння образного вітання мовою тварин;
- **проявляють** відчуття довіри, власної гідності та поваги до інших;
- **відтворюють** нескладні ритмічні танцювальні рухи, радісно **реагують** на веселий та жвавий настрій музичної композиції;
- **демонструють** здатність концентруватись на звуках, утворених власним тілом, вміють розпізнавати їх;
- **відчувають** почуття радості та задоволення від процесу співу, мають певний рівень співацькою культури, яку демонструють в процесі виконання нескладних поспівок та пісень;
- **проявляють** відповідне реагування на музику та вміння дотримуватись певних правил гри у процесі музично-ігрової діяльності;
- успішно **виконують** нескладні завдання пальчикової гімнастики;
- **демонструють** вміння глибокого оздоровчого дихання під час відповідних вправ;
- **проявляють** образне мислення й естетичний смак у процесі виконання тілесно-орієнтованих вправ.

**Початковий рівень. 1-й рік навчання**  
**Навчально-тематичний план**

| №<br>п/п | Тема                                      | Кількість<br>годин |
|----------|-------------------------------------------|--------------------|
| 1        | Вступне заняття.                          | 1                  |
| 2        | Звукова мова тіла.                        | 6                  |
| 3        | Звуки природи.                            | 6                  |
| 4        | «Дерев'яні», «скляні» та «залізні» звуки. | 10                 |
| 5        | Звуки музичних інструментів.              | 6                  |
| 6        | Звуки Всесвіту.                           | 6                  |
| 7        | Підсумкове заняття.                       | 1                  |
| Всього   |                                           | 36                 |

**Зміст програми**

**1.Вступне заняття (1 год.).**

Знайомство з новими вихованцями. Ознайомлення з ритуалом початку та закінчення заняття. Встановлення довірливих і доброзичливих стосунків між дітьми та педагогом.

**2.Звукова мова тіла (6 год.)**

### **Оздоровчо-освітні завдання.**

- **Підняття** настрою та енергетичного тону дітей, **розвиток** почуття ритму та координації рухів тіла під час веселого та запального танцю з використанням ритмічного ляскання, тупотіння, плескання по своєму тілу тощо.
- **Активізація** слухової уваги та **формування** навичок слухового самопізнання у ході слухання та прислухання до звуків власного тіла: тертя та плескання рук, ніг, звуків серцебиття, дихання тощо.
- **Занурення** у вібрації українського музичного фольклору, **розвиток** співацьких навичок і рухової координації у процесі співу-гри українських народних пісень. (YouTube)
- **Здійснення** емоційного сплеску та **розвиток** відповідного реагування на музику в процесі музично-ігрової діяльності.
- **Нормалізація** емоційно-фізичного стану та **формування** навичок глибокого й оздоровчого дихання засобами дихальної гімнастики. (YouTube)
- **Гармонізація** роботи обох півкуль головного мозку та **розвиток** дрібної моторики пальців у ході виконання нескладних завдань пальчикової гімнастики.

### 12

- **Створення** умов для вивільнення завуальованих емоцій дитини та **розвиток** умінь елементарного музикування на саморобних мара-касах у процесі інструментально-виконавської діяльності.
- **Нормалізація** емоційно-психологічного стану дітей, **розвиток** у них образної уяви та естетичного смаку під час проведення тілесно-орієнтованих вправ.

### 3. Звуки природи (6 год.)

- Психологічне **відокремлення** сумісної музико-терапевтичної діяльності від повсякденного життя звуком музичного інструмента. **Виховання** творчої розкутості засобами вокальних привітань-звертань мовою комах, птахів і тварин (великих і малих, добрих і злих).
- **Формування** емоційно-ціннісного ставлення до музичних занять та музики зокрема. **Активізація потреби** у музично-естетичній діяльності.
- **Позбавлення** від негативних емоцій і почуттів засобами тонування звуків природи. **Виховання** слухової уваги на звуках природи та вміння відтворювати голосом звукові явища.

- **Усунення** внутрішнього напруження у ході **закріплення** основ глибокого та оздоровчого черевного дихання.
- **Стимулювання** розумової активності, **розвиток** дрібної моторики та координації рухів пальців у процесі пальчикової гімнастики з використанням теми природи.
- **Гармонізація** емоційно-почуттєвого стану дитини шляхом сприяння появі естетичної насолоди й відчуття причетності до творчого процесу народження музики засобами саморобних музичних інструментів з природного матеріалу. **Ознайомлення** з різними регістрами фортепіано засобами розвитку азів інструментальної тематичної імпровізації. (YouTube)
- **Врівноваження** емоційно-психологічного стану та **поглиблення** розвитку емоційно-образної сфери засобами музичної релаксації з використанням теми природи.

#### 4. «Дерев'яні», «скляні» та «залізнi» звуки (10 год.)

- **Здійснення** психологічного «відкриття» та «закриття» музико-терапевтичної діяльності у процесі проведення ритуалу початку та закінчення заняття. **Поглиблення** відчуття власної значущості та важливості інших дітей у процесі привітання музичними інструментами з дерева, скла та заліза.

- **Посилення** активності слухового каналу сприйняття дійсності. **Розвиток** уміння розрізняти звуки, які видають предмети або музичні інструменти, виготовлені з дерева, скла та заліза.
- **Пробудження** генетично-звукової пам'яті дитини у процесі **ознайомлення, співу інсценізації та проживання** змісту колядок, щедрівок, новорічних пісень із наданням процесу співу ігрового характеру. (YouTube)
- **Створення** умов для появи відчуття радісного емоційного піднесення та задоволення від проведення музично-ігрової діяльності, **гармонізації** образної сфери дитини.
- **Формування** креативності та вміння творчо й нетрадиційно вирішувати поставлені завдання у процесі інструментальної гри. **Розвиток** ритмічного чуття у процесі музикування на предметах та музичних інструментах, виготовлених з дерева, заліза та скла.

- **Виховання** здатності зосереджуватись на внутрішніх відчуттях-переживаннях і **розвиток** образної сфери дитячої особистості засобами музично-релаксаційних вправ із використанням предметів із скла, заліза та дерева.

## 5. Звуки музичних інструментів (6 год.)

- **Формування** у дитини відчуття постійності, звичності та безпеки (ритуал початку та кінця занять). **Надання** емоційно-психологічного задоволення від вокально-інструментального діалогу-привітання з кожною дитиною персонально.
- **Зняття** психофізичних утисків, вивільнення невикористаної енергії.
- **Формування** вміння зосереджуватися, запам'ятовувати й емоційно реагувати на звуки музичних інструментів, насолоджуватися ними. **Розвиток** уваги та посилення діяльності слухового каналу дитини. (YouTube)
- **Створення** умов для появи відчуття радості та задоволення від процесу співу. **Розвиток** інтонаційної точності та артикуляційної виразності за допомогою співу під супровід аудіозапису пісень у виконанні дитячих хорів і солістів.
- **Збагачення** музично-практичного досвіду, активізація потреби у музично-виконавській діяльності. **Ознайомлення** з класифікацією музичних інструментів, вдосконалення навичок розпізнавати звуки музичних інструментів.
- **Формування** здатності емоційної саморегуляції, позбавлення від негативних емоцій і почуттів, страхів і комплексів. **Вирішення** проблеми

- дотику до самого себе та інших за допомогою вправ тілесно-орієнтованої терапії.

## 6. Звуки Всесвіту(6 год.)

- **Закріплення** розуміння особистісної цінності як себе, так інших дітей.
- **Удосконалення** навичок само презентації та самореалізації вихованців у процесі спонтанної вокальної, ритмічної музично-творчої діяльності. **Покращення** емоційно-сприятливої атмосфери у дитячому колективі та **гармонізація** стосунків між педагогом і дітьми.
- **Розширення** свідомості дитини в процесі ознайомлення зі «звуками Космосу». **Формування** здатності розпізнавати їх. (YouTube)

- **Надання** можливості творчого самовираження та **розвиток** музикальності у процесі співу та проживання змісту українських і тематичних дитячих пісень, проведення вокальної імпровізації.
- **Подолання** відчуття тривожності, страхів, невпевненості у собі, сором'язливості та гіперактивності.
- **Урізноманітнення** музично-образної уяви в процесі музично-ігрової діяльності на космічну тематику.
- **Зняття** внутрішнього напруження та негативних переживань засобами дихальної гімнастики. **Закріплення** основ глибокого черевного оздоровчого дихання. (YouTube)
- **Гармонізація** роботи півкуль головного мозку та поглиблення розвитку дрібної моторики засобами ускладнених завдань пальчикової гімнастики та вправ із музичного малювання.
- **Здійснення** виходу внутрішніх переживань засобами імпровізаційного музикування та **формування** вміння колективної та індивідуальної гри на музичних інструментах (за вибором дитини).
- **Нормалізація** емоційного стану дитячої особистості та **розвиток** емоційно-почуттєвої сфери за допомогою музично-релаксаційних вправ із використанням космічної тематики.

## 7. Підсумкове заняття (1 год.)

15

### Прогнозований результат

#### Вихованці

- **здатні** здійснювати сублімацію негативної енергії в творчість у процесі тонування звуків природи;
- **демонструють** творчу розкутість і вміння проявляти свій внутрішній світ через активну рухову діяльність, **проявляють** здатність передавати рухами тіла музичні образи (скеровано та спонтанно);
- **активізують** діяльність слухового каналу сприйняття дійсності; **фіксують, впізнають** звуки музичних інструментів, **показують** наявність слухової уваги;

- **активно проявляють** образну уяву у процесі музично-ігрової діяльності;
- **нормалізують** роботу дихального апарату та закріплюють основи глибокого й оздоровчого черевного дихання;
- **демонструють** наявність співацьких навичок, образного відтворення змісту пісень та координації рухів тіла;
- **відчують** захоплення та радісне піднесення у процесі імпровізованого музикування на саморобних музичних інструментах та фортепіано;
- **проявляють** вміння розрізняти регістри фортепіано для передачі певного образу;
- **здійснюють** нормалізацію та врівноваження свого емоційного стану засобами музично-релаксаційних вправ, **володіють** музично-образним мисленням.

16

**Початковий.2-й рік навчання**  
**Навчально-тематичний план**

| №<br>п/п | Тема                                      | Кількість<br>годин |
|----------|-------------------------------------------|--------------------|
| 1        | Вступне заняття.                          | 1                  |
| 2        | Звукова мова тіла.                        | 6                  |
| 3        | Звуки природи.                            | 6                  |
| 4        | «Дерев'яні», «скляні» та «залізні» звуки. | 10                 |

|        |                              |    |
|--------|------------------------------|----|
| 5      | Звуки музичних інструментів. | 6  |
| 6      | Звуки Всесвіту.              | 6  |
| 7      | Підсумкове заняття.          | 1  |
| Всього |                              | 36 |

### Зміст програми

#### 1. Вступне заняття (1 год.).

Знайомство з новими вихованцями. Ознайомлення з ритуалом початку та закінчення занять. Встановлення довірливих і доброзичливих стосунків між дітьми та педагогом.

#### 2. Звукова мова тіла (6 год.)

##### Оздоровчо-освітні завдання.

- **Підняття** настрою та енергетичного тону дітей, **розвиток** почуття ритму та координації рухів тіла під час музично-ритмічних вправ.
- **Активізація** слухової уваги та **формування** навичок слухового самопізнання у ході слухання та прислухання до звуків власного тіла: тертя та плескання рук, ніг, звуків серцебиття, дихання тощо.
- **Занурення** у вібрації українського музичного фольклору, **розвиток** співацьких навичок і рухової координації у процесі співу українських народних пісень. (YouTube)
- **Здійснення** емоційного сплеску та **розвиток** відповідного реагування на музику в процесі музично-ігрової діяльності.
- **Нормалізація** емоційно-фізичного стану та **формування** навичок глибокого й оздоровчого дихання засобами дихальної гімнастики. (YouTube)
- **Гармонізація** роботи обох півкуль головного мозку та **розвиток** дрібної моторики пальців у ході виконання завдань пальчикової гімнастики.
- **Нормалізація** емоційно-психологічного стану дітей, **розвиток** у них образної уяви та естетичного смаку під час проведення тілесно-орієнтованих вправ.

#### 3. Звуки природи (6 год.)

- Психологічне **відокремлення** сумісної музико-терапевтичної діяльності від повсякденного життя звуком музичного інструмента. **Виховання** творчої розкутості засобами вокальних привітань-звертань мовою комах, птахів і тварин (великих і малих, добрих і злих).

- **Формування** емоційно-ціннісного ставлення до музичних занять та музики зокрема. **Активізація потреби** у музично-естетичній діяльності.
- **Позбавлення** від негативних емоцій і почуттів засобами тонування звуків природи. **Виховання** слухової уваги на звуках природи та вміння відтворювати голосом звукові явища. (YouTube)
- **Усунення** внутрішнього напруження у ході **закріплення** основ глибокого та оздоровчого черевного дихання.
- **Стимулювання** розумової активності, **розвиток** дрібної моторики та координації рухів пальців у процесі пальчикової гімнастики з використанням теми природи.
- **Ознайомлення** з різними регістрами фортепіано засобами розвитку азів інструментальної тематичної імпровізації. (YouTube)
- **Врівноваження** емоційно-психологічного стану та **поглиблення** розвитку емоційно-образної сфери засобами музичної релаксації з використанням теми природи.

#### 4. «Дерев'яні», «скляні» та «залізні» звуки (10 год.)

- **Здійснення** психологічного «відкриття» та «закриття» музико терапевтичної діяльності у процесі проведення ритуалу початку та закінчення заняття. **Поглиблення** відчуття власної значущості та важливості інших дітей у процесі привітання музичними інструментами з дерева, скла та заліза.
- **Посилення** активності слухового каналу сприйняття дійсності. **Розвиток** умінь розрізняти звуки, які видають предмети або музичні інструменти, виготовлені з дерева, скла та заліза. (YouTube)
- **Пробудження** генетично-звукової пам'яті дитини у процесі **ознайомлення, співу інсценізації та проживання** змісту колядок, щедрівок, новорічних пісень із наданням процесу співу ігрового характеру. (YouTube)
- **Створення** умов для появи відчуття радісного емоційного піднесення та задоволення від проведення музично-ігрової діяльності, **гармонізації** образної сфери дитини.
- **Формування** креативності та вміння творчо й нетрадиційно вирішувати поставлені завдання у процесі інструментальної гри. **Розвиток**

ритмічного чуття у процесі музикування на предметах та музичних інструментах, виготовлених з дерева, заліза та скла.

- **Виховання** здатності зосереджуватись на внутрішніх відчуттях-переживаннях і **розвиток** образної сфери дитячої особистості засобами музично-релаксаційних вправ із використанням предметів із скла, заліза та дерева.

## 5. Звуки музичних інструментів (6 год.)

- **Формування** у дитини відчуття постійності, звичності та безпеки (ритуал початку та кінця занять). **Надання** емоційно-психологічного задоволення від вокально-інструментального діалогу-привітання з кожною дитиною персонально.
- **Зняття** психофізичних утисків, вивільнення невикористаної енергії.
- **Формування** вміння зосереджуватися, запам'ятовувати, й емоційно реагувати на звуки музичних інструментів, насолоджуватися ними.  
**Розвиток** уваги та посилення діяльності слухового каналу дитини. (YouTube)
- **Створення** умов для появи відчуття радості та задоволення від процесу співу. **Розвиток** інтонаційної точності та артикуляційної виразності за допомогою співу під супровід аудіозапису пісень у виконанні дитячих хорів і солістів. (YouTube)
- **Збагачення** музично-практичного досвіду, активізація потреби у музично-виконавській діяльності. **Вдосконалення** навичок розпізнавання звуків музичних інструментів, вміння класифікувати музичні інструменти. (YouTube)
- **Формування** здатності емоційної саморегуляції, позбавлення від негативних емоцій і почуттів, страхів і комплексів. **Вирішення** проблеми дотику до самого себе та інших за допомогою вправ тілесно-орієнтованої терапії.

## 6. Звуки Всесвіту(6 год.)

- **Закріплення** розуміння особистісної цінності як себе, так інших дітей.
- **Удосконалення** навичок само презентації та самореалізації вихованців у процесі спонтанної вокальної, ритмічної музично-творчої діяльності.  
**Покращення** емоційно-сприятливої атмосфери у дитячому колективі та **гармонізація** стосунків між педагогом і дітьми.
- **Розширення** свідомості дитини в процесі ознайомлення зі «звуками Космосу». **Формування** здатності розпізнавати їх. (YouTube)

- **Надання** можливості творчого самовираження та **розвиток** музикальності у процесі співу та проживання змісту українських і тематичних дитячих пісень, проведення вокальної імпровізації.
- **Подолання** відчуття тривожності, страхів, невпевненості у собі, сором'язливості та гіперактивності.
- **Урізноманітнення** музично-образної уяви в процесі музично-ігрової діяльності на космічну тематику.
- **Зняття** внутрішнього напруження та негативних переживань засобами дихальної гімнастики. **Закріплення** основ глибокого черевного оздоровчого дихання. (YouTube)
- **Гармонізація** роботи півкуль головного мозку та поглиблення розвитку дрібної моторики засобами ускладнених завдань пальчикової гімнастики та вправ із музичного малювання.
- **Здійснення** виходу внутрішніх переживань засобами імпровізаційного музикування та **формування** вміння колективної та індивідуальної гри на музичних інструментах (за вибором дитини).
- **Нормалізація** емоційного стану дитячої особистості та **розвиток** емоційно-почуттєвої сфери за допомогою музично-релаксаційних вправ із використанням космічної тематики.

### Прогнозований результат

#### Вихованці

- **виявляють** позитивне ставлення до музично-терапевтичної діяльності, емоційно-ціннісне ставлення до педагога, музичних занять та музики зокрема, здатність до самопрезентації та повагу до творчих здобутків інших дітей;
- **фіксують, розпізнають** звуки музичних інструментів та вміють їх класифікувати, демонструють наявність слухового досвіду;
- **проявляють задоволення та розвиненість** музикальності у процесі співу та інсценізації змісту пісень, вміють творчо самовиражатися, проявляють творчу розкутість та впевненість у своїх силах;
- **демонструють** співацьку культуру та виявляють творчу відкритість у процесі співу та вокальної імпровізації;
- **вміють** досягати катарсичних переживань та виявляють певну розвиненість емоційно-почуттєвої сфери у процесі музично-ритмічної ігрової діяльності;
- **вміють** здійснювати сублімацію негативних емоцій та почуттів у спонтанну творчість;
- **орієнтуються** у способах гри на елементарних музичних інструментах;
- **мають** первинне вміння знімати внутрішнє напруження та демонструють навички самостійного виконання вправ на розвиток глибокого й оздоровчого дихання;
- **демонструють** гармонійність емоційно-психологічного стану і проявляють розвиненість сенсорних здібностей під час музично-релаксаційної діяльності.

**Рекомендована музика до різних видів  
музико терапевтичної діяльності**

(репертуар може змінюватися і доповнюватися в продовж року)

**Привітання – звертання**

1. Fiesta Mediterranean “Rondo Veneziano”;
2. П. Чайковський «Вранішній роздум», «Солодка мрія» із циклу «Дитячий альбом»;
3. В.Моцарт Ларгето з концерту для фортепіано з оркестром c-moll;
4. Й.С.Бах Adagio з Браденбурзького концерту №1;
5. Інструментальні імпровізації.

**Спів та інсценізація пісень**

1. Муз. Р. Наконечного, сл..О.Шевченка «В гості до бабусі»;
2. Муз. і слова Р. Грек «Пісня про гриби»;
3. Муз. і слова А. Кривути «Новосілля в мишеняти»;
4. Муз. і слова О. Шевченка «Колобок»;
5. Муз. і слова В. Степового «Тракторець»;
6. Муз. і слова А. Кривути «Мурчик Мяу»;
7. Муз. і слова О. Салюк «Я мандрую»;
8. Муз. І. Білика, сл..Л. Бігун «Жук»;
9. Муз. і слова Н. Май «Хмарка», «Пісня про кульбабку», «Пісня про Чарівника»; «Веснянка»
- 10.Муз. В. Шаїнського, сл. А. Олейнікова «Світ немов кольоровий луг»
- 11.Українські народні дитячі пісні;
- 12.Українські колядки та щедрівки.

**Музичні ігри**

1. «Маю десять пальців я»;
2. «Зайчики і ведмедики»;
3. «Ми плещемо в долоньки»;
4. «Діти і дощик»;
5. «Якщо весело тобі»;
6. «Фіксики»;
7. «La Bastringue».

### **Слухання та прислухання**

1. Аудіозаписи звуків дощу, вітру, грому, морського прибою, комах, тварин, дельфінів, співу пташок, стуку в двері, рубання дерева, металевих ложок, монет, «кришталевих», «скляних», «фарфорових» звуків;
2. Ф.Куперен «Метелик»;
3. Ж.Р.Рамо «Метелик», «Перекличка птахів»;

22

4. Л.Дакен «Зозуля»;
5. Інструментальні імпровізації.

### **Релаксаційні вправи**

1. Le muse Rondo Veneziano;
2. Floralis Rondo Veneziano;
3. Ода осені: релаксаційна композиція зі звуками струмка;
4. Релаксаційна композиція «Зцілення» зі звуками мови дельфінів;
5. Е.Гріг «Колискова»;
6. Ф.Ліст «Мрії кохання»;
7. К.Дебюссі «Сніг танцює», «Місячне сяйво»;
8. Ж.Масне «Елегія»;
9. Інструментальні імпровізації.

**Список використаних джерел**

1. Драганчук В.М. Музика як фактор психокоригування: історичні, теоретичні і практичні аспекти/В.М.Драганчук . – К., 2003.
2. Малашевська І.А. Музична терапія як засіб гармонізації особистості /І.А.Малашевська// Простір арт-терапії: горизонти стосунків: Матеріали VII Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції. – К.,2010.
3. Побережна Г. Музикотерапія як інноваційна технологія особистісного розвитку/Г.Побережна//Вища освіта України. – 2010. - № 3.
4. Трофімченко І.Є. Розвиток музичних здібностей дітей молодшого шкільного віку за методом «Виховання талантів» Шінічі Сузукі/ І.Є.Трофімченко. – Сімферополь: Доля, 2010.
5. Шабутін С. Зцілення музикою/С.Шабутін, С.Хміль, І.Шабутіна. – Тернопіль: Підручники і посібники, 2008.