***Приложение 2***

***Технология Музыкотерапия***

Музыкотерапия доступна любому педагогу. На занятиях я использую различные виды музыкальной деятельности: слушание, музыкально-ритмические движения, элементы театрализации. Музыкотерапию как метод коррекции можно использовать не только на занятиях, но и перед уроками на утренней гимнастике, во время перемен, самостоятельных играх т. д. На занятиях с высокой умственной нагрузкой и малой подвижностью я использую физкультминутки под музыку. На переменах – мини дискотеку. Дети могут выйти к доске или встать в проходах между рядами парт. Включаются динамичные танцевальные игры, такие как «Цыплёнок Пи», «Помогатор», «Арам-зам-зам», «Колесики», «Соку-соку. Бачи - бачи». Вначале дети будут повторять за ведущими на видео, а постепенно запомнят движения и будут делать их сами.

Бывают такие дни, когда дети перевозбуждены, успокоить практически невозможно. Здесь помогут «3 минуты релакса». Выключите свет, попросите детей сесть так, как им будет удобно, расслабиться, закрыть глаза и пофантазировать. Включите звуки природы: море, лес, дождь, деревня. Через 2-3 минуты выключите музыку и отпустите детей заниматься своими делами. В начале урока можете попросить кратко описать, какие картинки возникли у них перед глазами или что им вспомнилось, когда они слушали эти звуки. Это отличный вариант, чтобы успокоить детей. А ещё это хорошее упражнение для развития фантазии. Но важно: прослушивание должно быть не больше 3 минут, иначе дети заскучают и в релаксе не будет смысла.