

**Всеволодова Елена Александровна**студент магистратуры  
Московский университет им. С.Ю. Витте  
Москва, Россия**ВЛИЯНИЕ МУЗЫКАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ  
ДОШКОЛЬНИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ****Аннотация**

Цель исследования – выявить особенности эмоционального состояния дошкольников с ОВЗ и обосновать рекомендации по его коррекции средствами музыкальной деятельности. Актуальность определяется ролью эмоциональной устойчивости в социальной адаптации ребёнка, его общении и готовности к школьному обучению. Методы: анализ психолого-педагогической литературы, диагностическое обследование по методикам С. В. Велиевой («Паровозик»), Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен (тест тревожности), О. А. Ореховой («Домики»). Результаты показали преобладание негативных психоэмоциональных состояний, повышенный уровень тревожности и слабую дифференциацию базовых эмоций; это подтверждает необходимость целенаправленного применения музыкальной деятельности для гармонизации эмоциональной сферы.

**Ключевые слова:** музыкальная деятельность, эмоциональное состояние, дошкольники, ограниченные возможности здоровья

**Введение**

Актуальность темы обусловлена тем, что эмоциональное благополучие – базовое условие полноценного личностного и социального развития ребёнка дошкольного возраста и одна из ключевых составляющих готовности к школе. У детей с ограниченными возможностями здоровья эмоциональная сфера развивается со стойкими отклонениями. Для них характерны повышенная тревожность, неустойчивое настроение, бедность эмоциональных проявлений, трудности при распознавании собственных переживаний и чувств других людей. Снижена и произвольная регуляция эмоций: у ребёнка часты вспышки негативных аффектов, страхи, заниженная самооценка [1, с. 3]. Перечисленные особенности затрудняют общение со сверстниками и взрослыми, осложняют освоение программы и повышают риск вторичных трудностей социализации, особенно при переходе к систематическому обучению [6, с. 80].

Музыкальную деятельность всё активнее включают в коррекционно-развивающую работу, и для этого есть веские основания. Музыкальные образы дают ребёнку доступное невербальное средство для выражения и регуляции эмоций, а специально подобранный репертуар постепенно расширяет его эмоциональный опыт и формирует навыки

эмоционального отклика [5, с. 145]. Восприятие музыки, её исполнение, продуктивная музыкальная деятельность снимают психоэмоциональное напряжение и снижают тревожность. Параллельно у детей развивается умение различать базовые эмоции, соотносить их с выразительными средствами музыки - темпом, динамикой, регистром, ладом - и передавать собственное настроение в движении, голосе, игре на детских инструментах. Эмоциональная насыщенность таких занятий повышает мотивацию к общению со взрослыми и сверстниками и помогает дошкольнику с ОВЗ активнее включаться в совместную деятельность [2, с. 439].

Таким образом, актуальность исследования определяется необходимостью повысить эффективность коррекции эмоциональных нарушений у дошкольников с ОВЗ и обосновать педагогические условия использования музыкальной деятельности как средства гармонизации эмоциональной сферы и профилактики последующих трудностей социальной адаптации.

**Цель исследования:** определение особенностей эмоционального состояния дошкольников с ограниченными возможностями здоровья, а также разработка и обоснование рекомендаций по его коррекции средствами музыкальной деятельности.

**Задачи исследования:**

1. Провести диагностику актуального эмоционального состояния и уровня тревожности у дошкольников с ОВЗ.
2. Выявить характерные особенности эмоционального реагирования и типичные нарушения в эмоциональной сфере детей данной категории.
3. Разработать рекомендации по коррекции эмоционального состояния дошкольников с ОВЗ средствами музыкальной деятельности.

Исследование осуществлялось на базе: Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Детский сад комбинированного вида № 27», группа компенсирующей направленности. В исследовании приняли участие 20 воспитанников старшего дошкольного возраста (5-6 лет), имеющих заключение психолого-медико-педагогической комиссии о наличии статуса ребёнка с ограниченными возможностями здоровья (задержка психического развития, тяжёлые нарушения речи).

Диагностика эмоционального состояния проводилась по следующим методикам:

1. Методика «Паровозик» (С. В. Велиева) – определение психоэмоционального состояния дошкольника.

2. Тест тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен) – диагностика уровня тревожности у детей дошкольного возраста.

3. Методика «Домики» (О. А. Орехова) – цветовая диагностика эмоциональной сферы ребёнка.

По результатам методики «Паровозик» (С. В. Велиева) были получены следующие результаты:

Высокая степень негативного психического состояния (НПС) – 7 чел. (35%). Эти дети при раскладывании цветовой последовательности устойчиво смещают основные цвета (красный, жёлтый, зелёный, синий) во вторую половину ряда, а на первые позиции ставят тёмные и дополнительные тона: чёрный, серый, коричневый, фиолетовый. Такой выбор говорит о выраженном эмоциональном дискомфорте, преобладании тревожно-астенических переживаний и сниженном фоне настроения на момент обследования.

Средняя степень НПС - 6 чел. (30%). Основные цвета у этих детей оказываются ближе к началу ряда, однако соседствуют с тёмными оттенками на ключевых позициях. Это указывает на ситуативную тревожность, эмоциональную неустойчивость и склонность к быстрому утомлению.

Низкая степень НПС – 5 чел. (25%). Основные цвета расположены преимущественно в первой половине ряда, тёмные смещены к концу. Отдельные признаки эмоционального напряжения присутствуют, но на общий фон настроения они существенно не влияют.

Позитивное психическое состояние (ППС) – 2 чел. (10%). Эти дети уверенно ставят основные цвета на первые позиции, что соответствует благоприятному эмоциональному фону и адекватной включённости в ситуацию обследования.

Результаты представлены на рисунке 1.

Таким образом, у большинства воспитанников (суммарно 90%) обнаружены негативные психоэмоциональные состояния разной степени выраженности; позитивный фон зафиксирован лишь у небольшой части группы. На первый план выходят тревожность, эмоциональная истощаемость, сниженное настроение, неуверенность в новой ситуации взаимодействия. Дети с трудом регулируют собственное состояние и

нуждаются в дополнительной поддержке взрослого - саму ситуацию обследования они воспринимают как стрессовую.

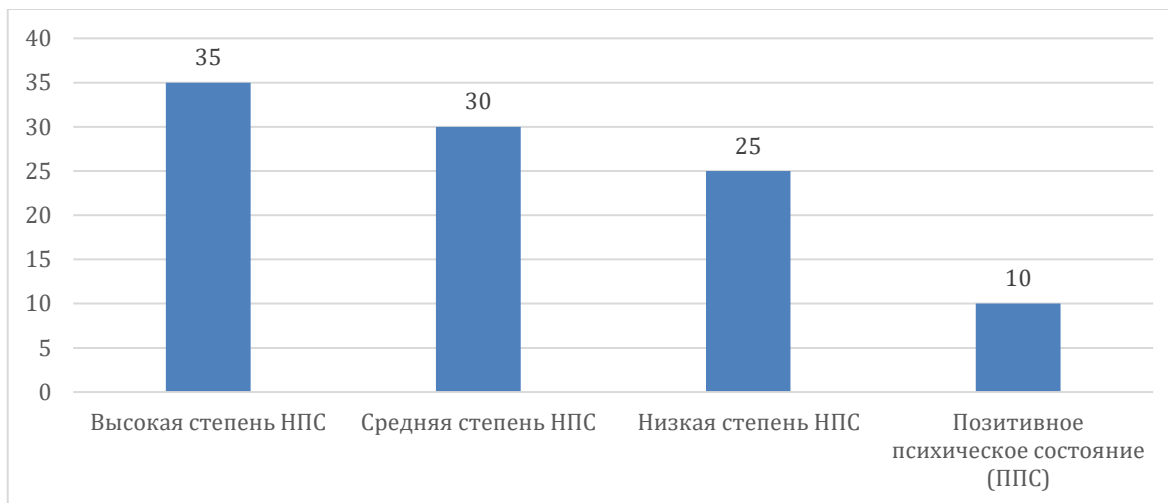


Рисунок 1 – Результаты методики «Паровозик» (С. В. Велиева).

По результатам теста тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен) были получены следующие результаты:

Высокий уровень тревожности (индекс более 50%) – 11 чел. (55%). При работе с серией картинок, на которых изображены типичные жизненные ситуации (укладывание спать, игра со сверстниками, выговор взрослому, агрессия со стороны другого ребёнка, умывание, еда в одиночестве и т. д.), эти дети чаще выбирали изображение печального лица. Самые яркие негативные реакции отмечены в ситуациях «ребёнок и взрослый», «выговор», «игра с младшими» - здесь видна напряжённость детско-взрослых отношений и неуверенность ребёнка в социальных контактах.

Средний уровень тревожности (индекс 20–50%) – 7 чел. (35%). Печальное лицо такие дети выбирают преимущественно в конфликтных и оценочных сценах, тогда как в нейтральных и игровых ситуациях – радостное. Ответы сопровождаются короткими комментариями; для уточнения позиции требуется помощь взрослого.

Низкий уровень тревожности (индекс менее 20%) – 2 чел. (10%). В большинстве предложенных ситуаций эти дети выбирают позитивные эмоциональные образы и в целом демонстрируют устойчивый эмоциональный фон.

Результаты представлены на рисунке 2.

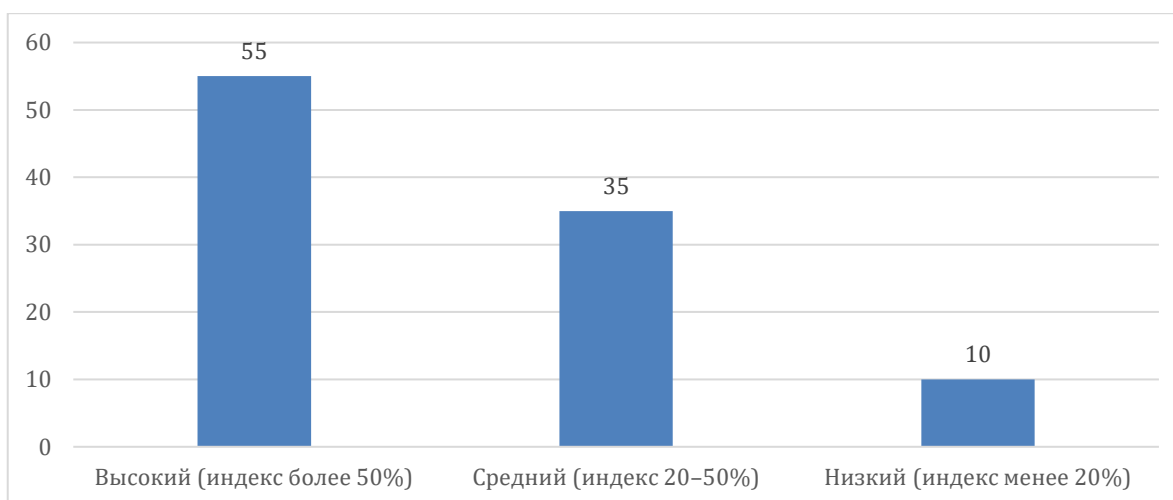


Рисунок 2 – Результаты теста тревожности (Р. Тэмпл, М. Дорки, В. Амен)

По данной методике большинство детей показывают высокий уровень тревожности; низкий уровень практически не представлен. Главные затруднения связаны с эмоциональной напряжённостью в ситуациях оценивания и общения со взрослым, с неуверенностью в коммуникации со сверстниками и с повышенной чувствительностью к конфликтным и фрустрирующим обстоятельствам. Этим детям требуется дополнительная эмоциональная поддержка и условия, снижающие субъективное переживание угрозы.

По результатам методики «Домики» (О. А. Орехова) были получены следующие результаты:

Низкий уровень эмоционального благополучия – 12 чел. (60%). У этих детей нарушена дифференциация базовых эмоций: полярные понятия - «радость» и «горе», «доброта» и «злость», «дружба» и «ссора» - они закрашивают сходными цветами, причём нередко тёмными и неприятными для них самих. Встречаются и инверсии: негативные категории получают яркие, привлекательные цвета, а позитивные – мрачные. Такие ответы говорят о несформированности эмоциональных представлений, об амбивалентности переживаний и о неблагополучии эмоционального опыта.

Средний уровень эмоционального благополучия – 6 чел. (30%). В целом ребёнок соотносит базовые эмоции с подходящими цветами, но допускает отдельные смешения, мало комментирует свой выбор и затрудняется в его объяснении. В третьей серии методики, где раскрашиваются «домики» разных видов деятельности, проступает негативное отношение к учебно-познавательным ситуациям.

Высокий уровень эмоционального благополучия – 2 чел. (10%). Ребёнок осмысленно соотносит цвета с эмоциональными категориями, полярные эмоции у него получают контрастные обозначения, а выбор сопровождается короткими, но содержательными комментариями.

Результаты представлены и на рисунке 3.

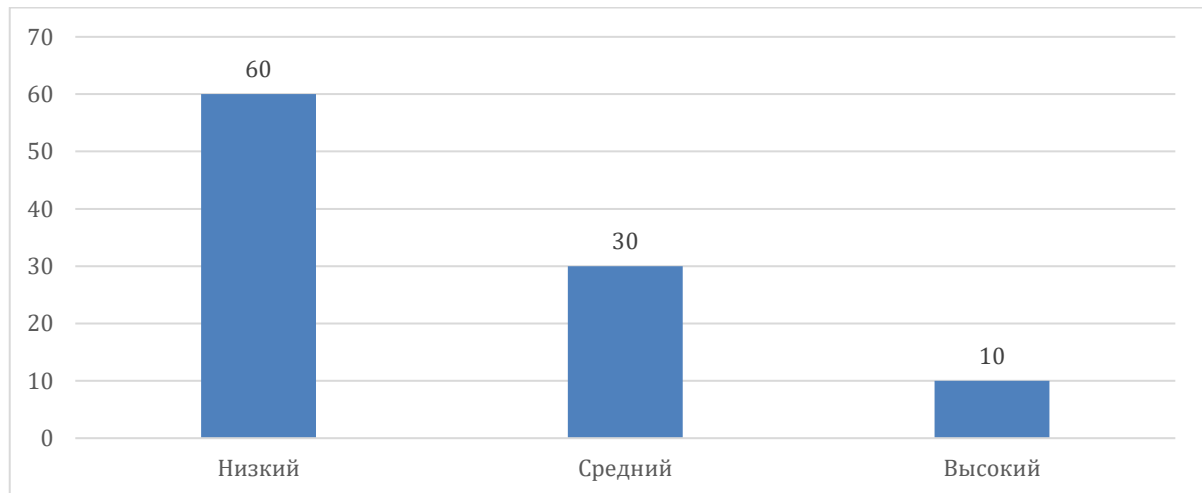


Рисунок 3 – Результаты методики «Домики» (О. А. Орехова).

Результаты методики показывают, что эмоциональные представления у обследованных детей сформированы слабо, а общий уровень эмоционального благополучия снижен: высокий уровень представлен минимально, преобладают низкие показатели. Наиболее частые затруднения связаны с дифференциацией полярных эмоций и с оценкой учебно-познавательной деятельности. Заметны эмоциональная амбивалентность и негативный фон отношения к ряду социальных и бытовых ситуаций. Всё это требует целенаправленной коррекционной работы, направленной на развитие эмоциональной сферы.

Сводный анализ диагностических данных показал, что у детей старшего дошкольного возраста с ОВЗ преобладают негативные психоэмоциональные состояния, высокий уровень тревожности и сниженный уровень эмоционального благополучия. Высокий позитивный фон по всем применённым методикам зафиксирован лишь у единичных испытуемых. Среди наиболее характерных трудностей – повышенная тревожность в ситуациях общения со взрослыми и сверстниками, эмоциональная истощаемость и неустойчивость настроения, бедность и слабая дифференцированность

эмоциональных представлений, амбивалентность оценок социальных ситуаций, выраженная зависимость от поддержки взрослого. Всё это снижает адаптационные возможности ребёнка и повышает риск вторичных нарушений общения и обучения. Полученные данные подтверждают необходимость систематической коррекционной работы по гармонизации эмоциональной сферы у данной категории детей. Одновременно они аргументируют выбор музыкальной деятельности в качестве ключевого средства коррекции: работа с музыкальным материалом даёт ребёнку доступные образцы выражения эмоций, помогает осмыслить эмоциональное содержание, обогащает его эмоциональный опыт, формирует навыки произвольной регуляции психоэмоционального состояния.

Для повышения эффективности коррекции эмоциональных нарушений у дошкольников с ограниченными возможностями здоровья средствами музыкальной деятельности целесообразно использовать следующие подходы:

1) продуманный отбор музыкального репертуара и чёткая формулировка коррекционно-развивающих задач. Произведения подбираются с ярко выраженным эмоциональным характером, понятной образностью и доступной формой - это классические миниатюры (П. Чайковский, Р. Шуман, С. Прокофьев), народные мелодии, программная музыка для детей. До прослушивания педагог выделяет одну-две конкретные задачи: «научиться различать весёлую и грустную музыку», «передавать настроение движением» и т. п. Тогда ребёнку понятно, какие умения отрабатываются на данном этапе [4, с. 413];

2) поэтапная организация работы с музыкальным произведением. До прослушивания проводится короткая беседа, актуализирующая эмоциональный опыт ребёнка (предполагаемое настроение, образы, ассоциации). Во время прослушивания педагог использует невербальную поддержку - жест, мимику, тактильный контакт, - чтобы удержать внимание и зафиксировать эмоциональные отклики. После прослушивания обязательно переходят к продуктивной деятельности: обсуждают настроение произведения, передают его в движении, в рисунке, в игре на детских музыкальных инструментах;

3) использование наглядно-образных средств и пиктограмм эмоций. В качестве опор применяют карточки с изображениями эмоциональных состояний («радость»,

«грусть», «удивление», «злость», «страх», «спокойствие»), цветовые шкалы настроения, схемы «начало – середина – конец» музыкального произведения. Полезны «эмоциональные дневники» и подбор «опорных образов»: они облегчают соотнесение музыки с эмоциональным содержанием и развивают у ребёнка рефлексивные навыки;

4) обогащение эмоционального словаря и развитие умения выражать переживания словами. На занятиях уточняются значения слов, обозначающих эмоции, подбираются синонимы («весёлая – радостная – задорная – праздничная»), формируются устойчивые словосочетания («тревожная мелодия», «нежная музыка»). Полезно использовать речевые конструкции из детской поэзии, песен и музыкальных сказок, побуждая ребёнка применять их самостоятельно. Главный акцент – на совпадении эмоционального содержания музыки и словесной характеристики: так аффективный и когнитивный компоненты переживания соединяются друг с другом [5, с. 143];

5) формирование навыков саморегуляции через специальные музыкально-двигательные упражнения. В работу включают активную музыкотерапию: ритмические игры, элементы логоритмики, дыхательные упражнения под музыку, релаксационные сеансы со спокойной музыкой и зрительными образами природы. Хорошо работают задания на смену характера движения вслед за сменой музыки («сначала - потом») и вопросы, обращённые к ребёнку: «Какая музыка тебе помогает успокоиться?», «Что ты чувствуешь, когда слышишь эту мелодию?». Такие упражнения развивают навыки произвольной регуляции эмоционального состояния [2, с. 440];

6) усиление мотивации к эмоциональному самовыражению через активные формы взаимодействия с музыкой. Дети участвуют в инсценировках музыкальных сказок, в театрализованных музыкальных играх, в элементарном музицировании на детских шумовых и звуковысотных инструментах: треугольнике, маракасах, металлофоне, ксилофоне. Хорошо работают короткие музыкальные «диалоги» между детьми, импровизации на заданное настроение, разыгрывание сцен от имени музыкального образа. Подобные формы повышают эмоциональную инициативу ребёнка с ОБЗ и одновременно удерживают его внимание на содержании музыкального материала [3, с. 125];

7) систематичность занятий и отслеживание динамики. Коррекционная работа проводится регулярно, задачи постепенно усложняются: от различения двух контрастных настроений ребёнок переходит к дифференциации тонких оттенков эмоций и далее – к

самостоятельной передаче эмоционального содержания музыки. Прогресс оценивается по единым критериям: адекватность эмоционального отклика, выразительность исполнения, дифференцированность эмоциональных представлений, уровень тревожности, общий фон настроения. Такой подход позволяет вовремя замечать изменения и корректировать направления работы [4, с. 414];

8) включение родителей в коррекционно-развивающий процесс. Семьям предлагается ввести в практику совместное прослушивание музыки, обсуждение её настроения, пение, музыкально-двигательные игры. Родителям передают короткие памятки с подборкой произведений для разных ситуаций - «музыка для пробуждения», «музыка для отдыха», «музыка для радостной игры». Это закрепляет навыки, формируемые в детском саду, и ускоряет гармонизацию эмоциональной сферы ребёнка с ОВЗ.

### **Заключение**

В ходе исследования проведена диагностика эмоционального состояния воспитанников старшего дошкольного возраста с ОВЗ на базе МБДОУ «Детский сад комбинированного вида № 27» (группа компенсирующей направленности). Анализ данных по трём диагностическим методикам показал, что в группе преобладают негативные психоэмоциональные состояния, высокий уровень тревожности и сниженный уровень эмоционального благополучия; позитивные показатели представлены минимально. Дети с трудом регулируют собственные переживания: у них отмечается эмоциональная неустойчивость, повышенная тревожность в ситуациях оценивания и общения со взрослым, слабая дифференциация базовых эмоций. Помимо этого, выявлены амбивалентность эмоциональных оценок, негативное отношение к ряду социальных и учебно-познавательных ситуаций, выраженная зависимость от поддержки взрослого. Полученные данные подтверждают необходимость целенаправленной коррекционной работы. В статье сформулированы рекомендации по гармонизации эмоциональной сферы средствами музыкальной деятельности: поэтапная организация работы с музыкальным произведением, использование наглядно-образных опор и пиктограмм эмоций, обогащение эмоционального словаря, формирование навыков саморегуляции через музыкально-двигательные упражнения, повышение мотивации

к эмоциональному самовыражению через игровые и театрализованные формы музицирования.

### **Список использованных источников**

1. Будникова Е. С., Резникова Е. В. Особенности эмоционально-волевой сферы детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья // Концепт. - 2021. – № S1. – С. 1–6.

2. Гаджиева А. М. Психофизиологическое влияние музыки на психоэмоциональное состояние человека / А. М. Гаджиева. - Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2023. – № 45 (492). – С. 438–441. – EDN: CXCFBH

3. Жулина Е. В., Барсукова Е. Н. Музыкотерапия как средство коррекции эмоциональных нарушений у дошкольников с ограниченными возможностями здоровья // Проблемы современного педагогического образования. – 2022. – № 75-2. – С. 124-128.

4. Логинова Е. А. Использование музыкальной деятельности в коррекционной работе с дошкольниками с ограниченными возможностями здоровья / Е. А. Логинова. - Текст : непосредственный // Молодой ученый. – 2022. – № 23 (418). – С. 412-415. – EDN: UHARLS

5. Макарова Е. А., Абросимова Е. Б. Роль музыки в развитии эмоциональной сферы учащихся // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. - 2022. - № 3 (303). – С. 141–148. – DOI: 10.53598/2410-3004-2022-3-303-37-47. – EDN: ZENKXX

6. Овчинникова Т. С. Музыкально-ритмические занятия как средство гармонизации эмоционального состояния детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья // Специальное образование. - № 1 (69). – С. 76-88.