

# Στοιχεία του προγράμματος

- **Τίτλος Προγράμματος:** *Μουσικοθεραπεία: Μουσική - Επικοινωνία – Είδη Μουσικής – Συναισθήματα*
- **Εντάσσεται στη θεματολογία:** *Πολιτιστικών Θεμάτων*
- **Σύνολο μαθητών της ομάδας:** *δέκα (10) άτομα*
- **Συντονίστρια του προγράμματος:** *Ορφανίδου Φανή*
- **Εκπαιδευτικοί που συμμετείχαν στο πρόγραμμα:**
- *Κοντοζίδου Ιωάννα και Ευφραιμίδου Μαγδαληνή*
- **Η διάρκεια του προγράμματος κράτησε πέντε (5) μήνες.**

# Μουσικοθεραπεία

Η μουσικοθεραπεία ξεκίνησε βασιζόμενη στο αξίωμα ότι η ικανότητα του ανθρώπου να ανταποκρινόμαστε στη μουσική είναι μία έμφυτη ανθρώπινη ποιότητα, η οποία δεν αλλοιώνεται μέσα από την αρρώστια ή την αναπηρία. Η μουσική αποτελείται από διάφορα στοιχεία όπως ο ρυθμός, η μελωδία, η αρμονία, ο παλμός, η ένταση, στοιχεία τα οποία έχει διαπιστωθεί ότι σχετίζονται άμεσα με την ίδια μας την ανθρώπινη οντότητα. Για παράδειγμα, η ένταση, ο παλμός και ο ρυθμός βρίσκονται στους χτύπους της καρδιάς μας, στην αναπνοή μας, στις κινήσεις μας.

# Θεραπευτικοί στόχοι της Μουσικοθεραπείας

Οι θεραπευτικοί στόχοι στη μουσικοθεραπεία διαμορφώνονται σύμφωνα με τις ανάγκες του κάθε ατόμου, ενθαρρύνοντας θετικές αλλαγές στην συμπεριφορά με σκοπό τη βελτίωση της ποιότητας της ζωής του. Πιο συγκεκριμένα **η μουσικοθεραπεία μπορεί να βοηθήσει:**

- στην προώθηση της κοινωνικότητας.
- στη μείωση προβληματικών συμπεριφορών.
- στην ανάπτυξη του λόγου, ενθαρρύνοντας το άτομο να χρησιμοποιεί τη φωνή του ως μέσο έκφρασης.
- στην ανακάλυψη, στην εξέλιξη και την αξιοποίηση της έμφυτης δημιουργικής του ικανότητας.
- στην καλλιέργεια της προσοχής, της ικανότητας συγκέντρωσης και μνήμης.
- στην ανάπτυξη λεπτής κινητικότητας.
- στην καλλιέργεια της φαντασίας τους.
- στη σωστή στάση και ευθυγράμμιση της σπονδυλικής στήλης.
- στη βελτίωση της ικανότητας ισορροπίας.

# Οι θεματικές ενότητες του προγράμματος

**Η μουσικοθεραπεία θα είναι το κύριο θέμα του προγράμματος.  
Οι θεματικές ενότητες του προγράμματος είναι:**

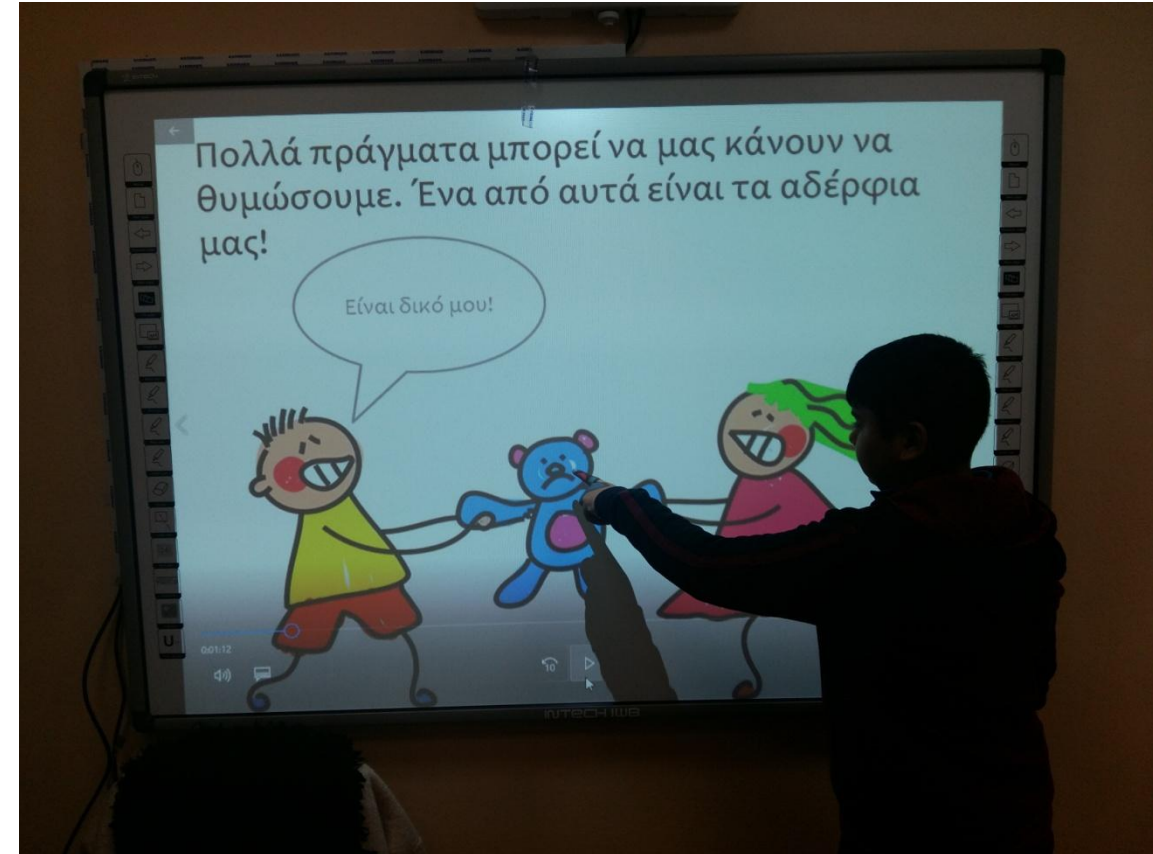
- η κατανόηση πέντε βασικών συναισθημάτων (χαρά, λύπη, θυμός, φόβος, ντροπή) μέσω της μουσικής.
- διαφορετικοί τρόποι έκφρασης συναισθημάτων (γλωσσικά, με αυθόρμητη είτε καθοδηγούμενη κίνηση).
- δραματοποίηση ηχοϊστορίας.
- αναφορά και κατανόηση διάφορων ειδών μουσικής.
- κατανόηση βασικών μουσικών εννοιών (διάρκεια του ήχου, τονικό ύψος, ταχύτητα).
- η ενσυναίσθηση.
- η γνωριμία με βασικά κρουστά μουσικά όργανα.

# Οι δράσεις του προγράμματος

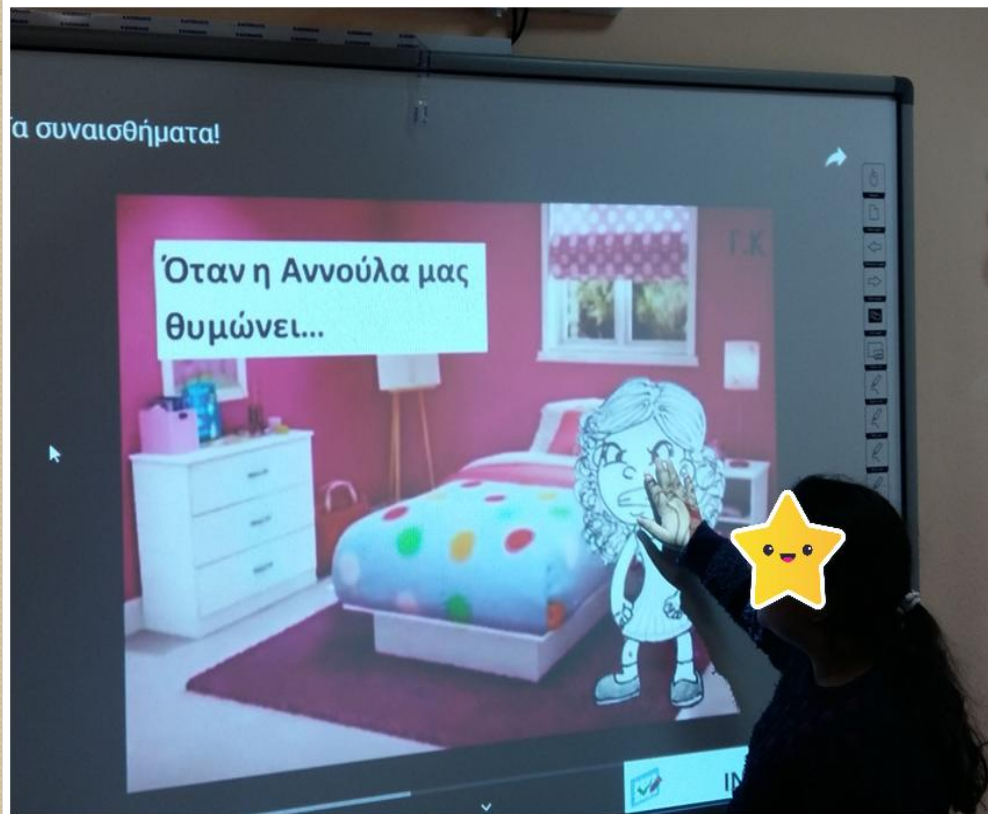
**Κατά τη διάρκεια του προγράμματος πραγματοποιήθηκαν:**

- βιωματικές μουσικές δραστηριότητες.
- μικρές οργανωμένες κινητικές φόρμες.
- μιμητικές δραστηριότητες με συνοδεία μουσικής.
- μουσικοθεραπευτικά ατομικά και ομαδικά παιχνίδια.
- παιχνίδια με συνοδεία κρουστών μουσικών οργάνων.
- κατασκευές.
- ακρόαση διαφορετικών ειδών μουσικής.
- προβολή βίντεο.
- δραστηριότητες ελεύθερης έκφρασης συναισθημάτων.
- τρεις (3) επισκέψεις
- παρουσίαση του προγράμματος.

# Εκμάθηση συναισθημάτων!



# Θυμός- Φόβος- Ντροπή



# Χαρά- Λύπη





# Ώρα για παιχνίδι



# Παζλ



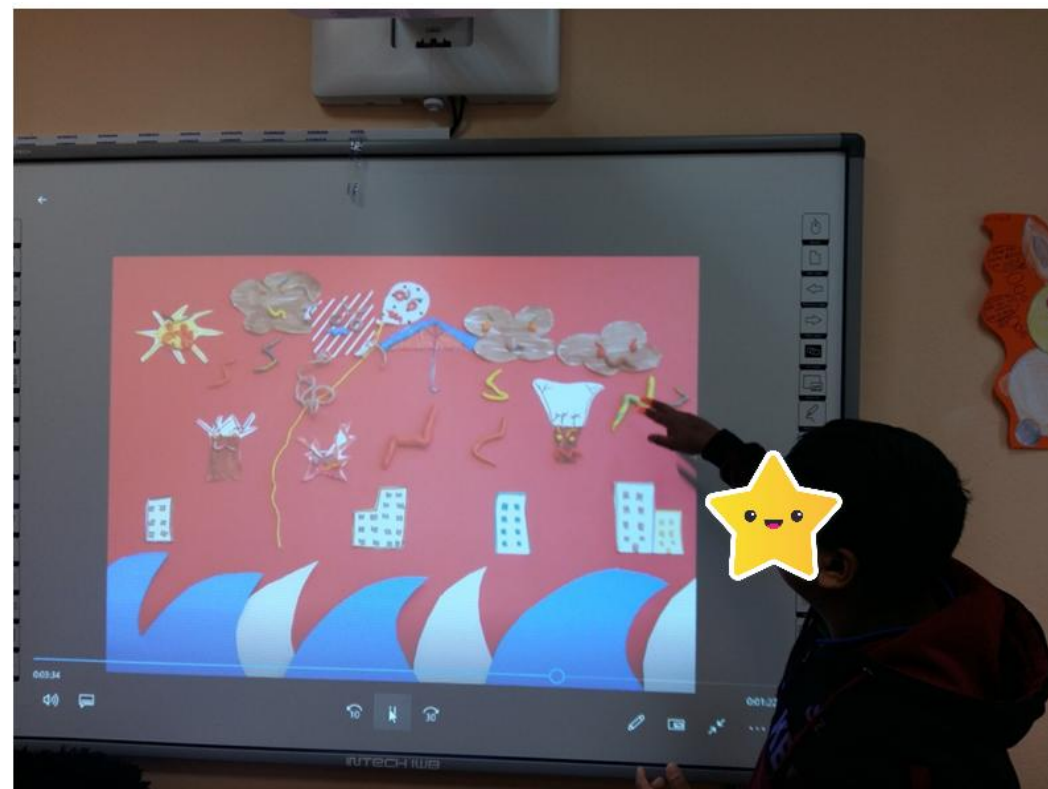
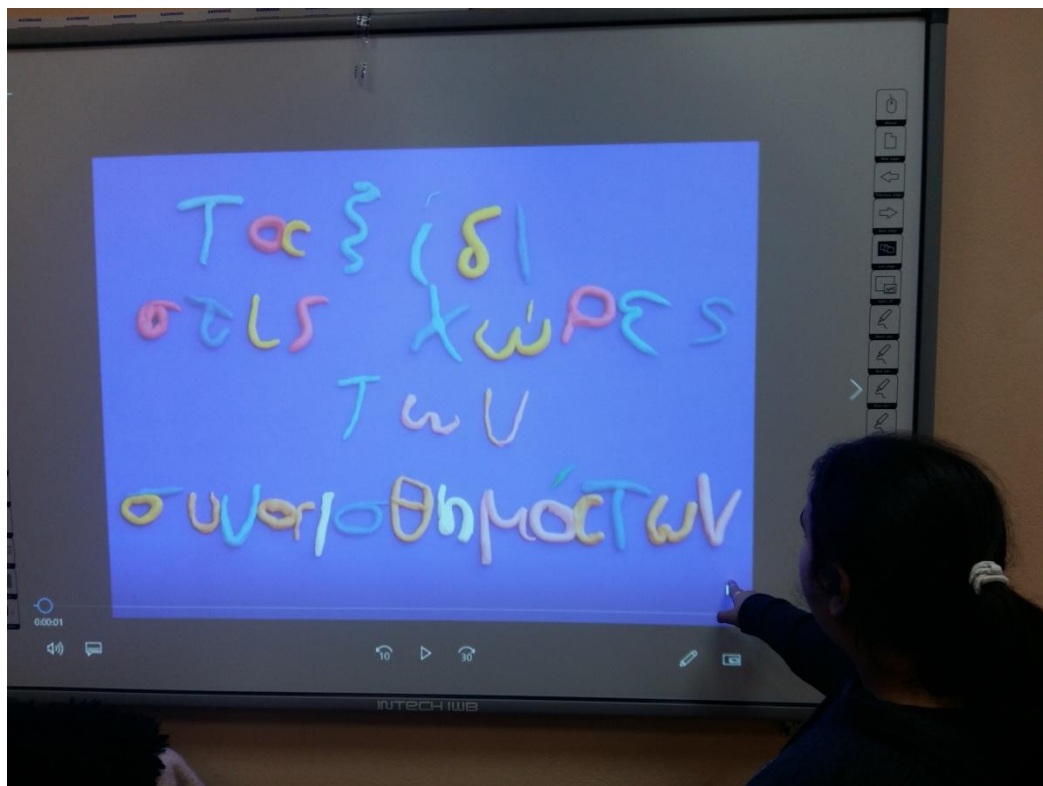
# Λουλούδια συναισθημάτων

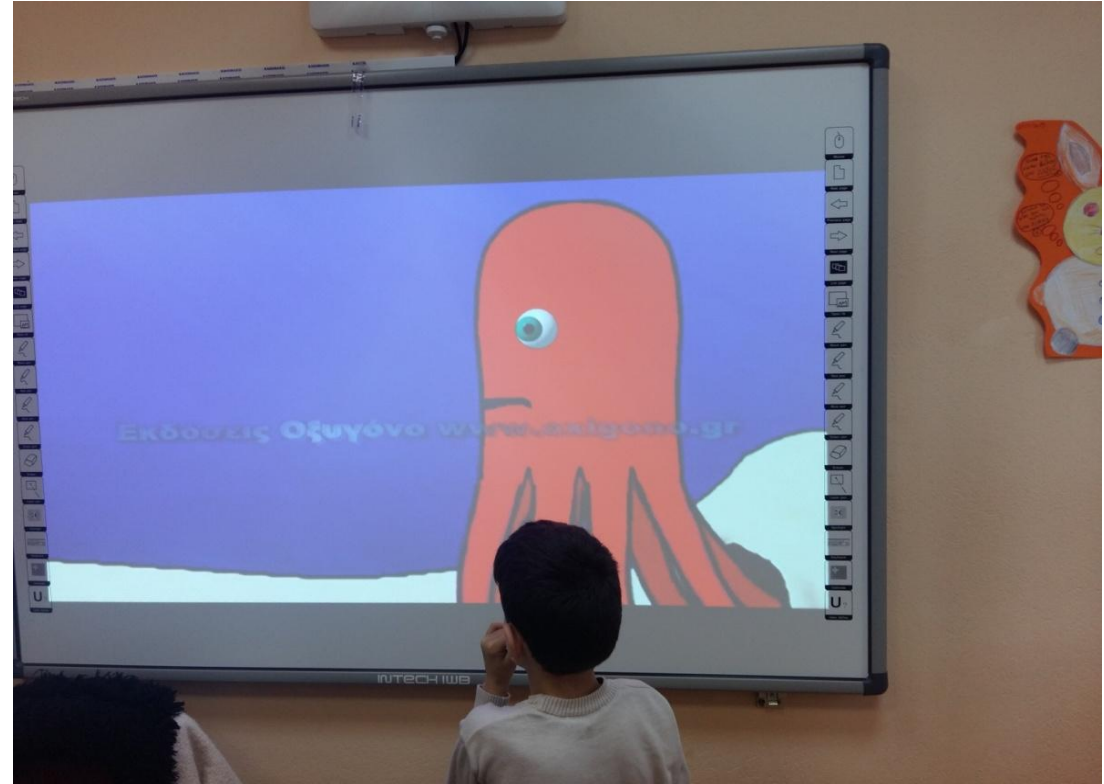
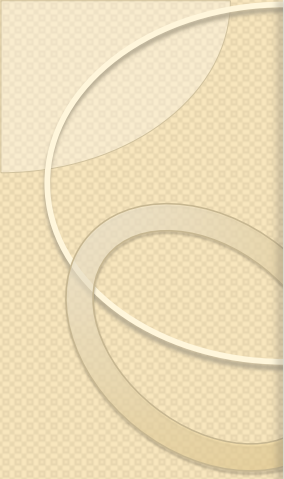


# Μιλώντας για την αγάπη... δημιουργία καρδιάς

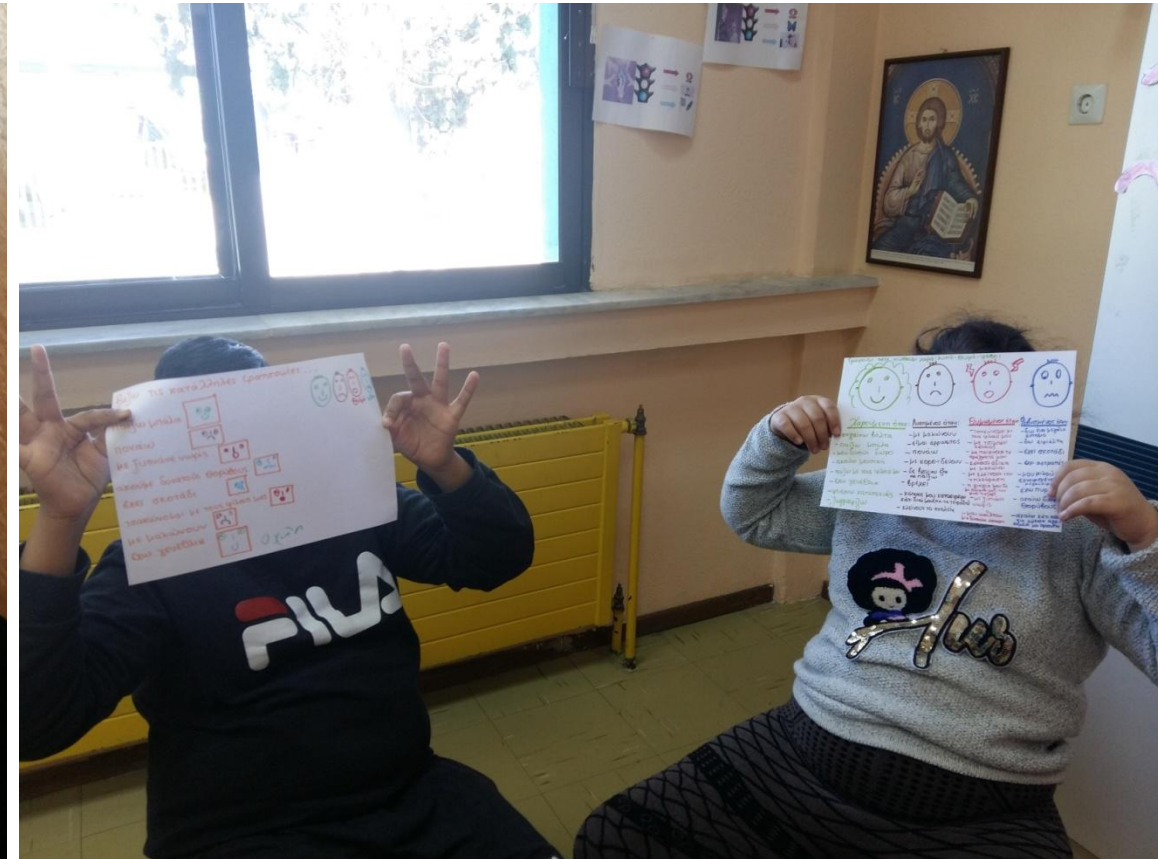


# Εμπέδωση συναισθημάτων μέσω video

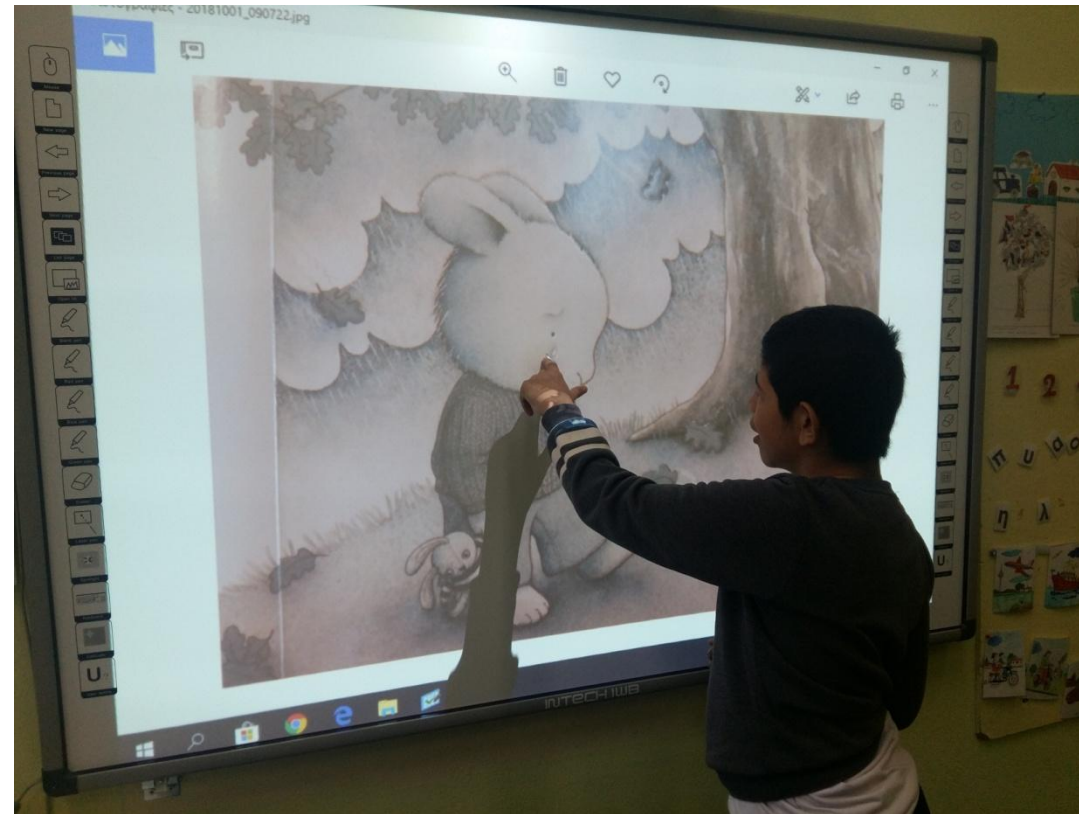
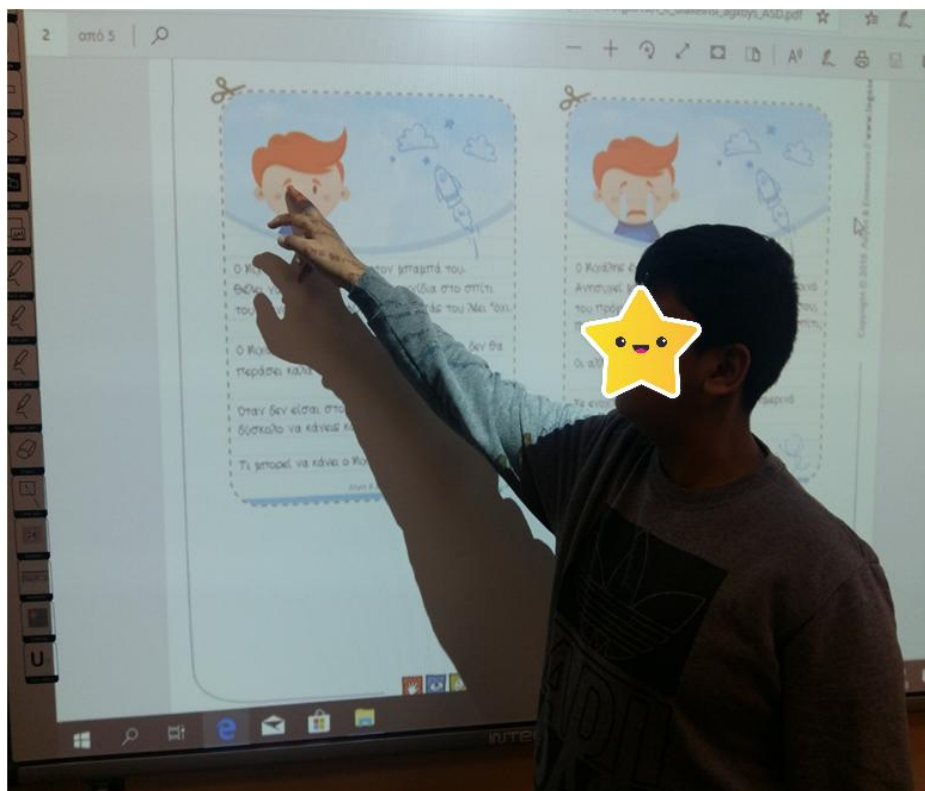




# Κάναμε μερικές ασκησούλες!!!!



# Ασκήσεις στο διαδραστικό πίνακα





# Διαχείριση θυμού



# Το παιχνίδι με το φανάρι



# Ηρεμώ- Σταματώ- Κάνω κάτι



# Ανακεφαλαίωση...



ΧΑΡΑ



ΛΥΠΗ



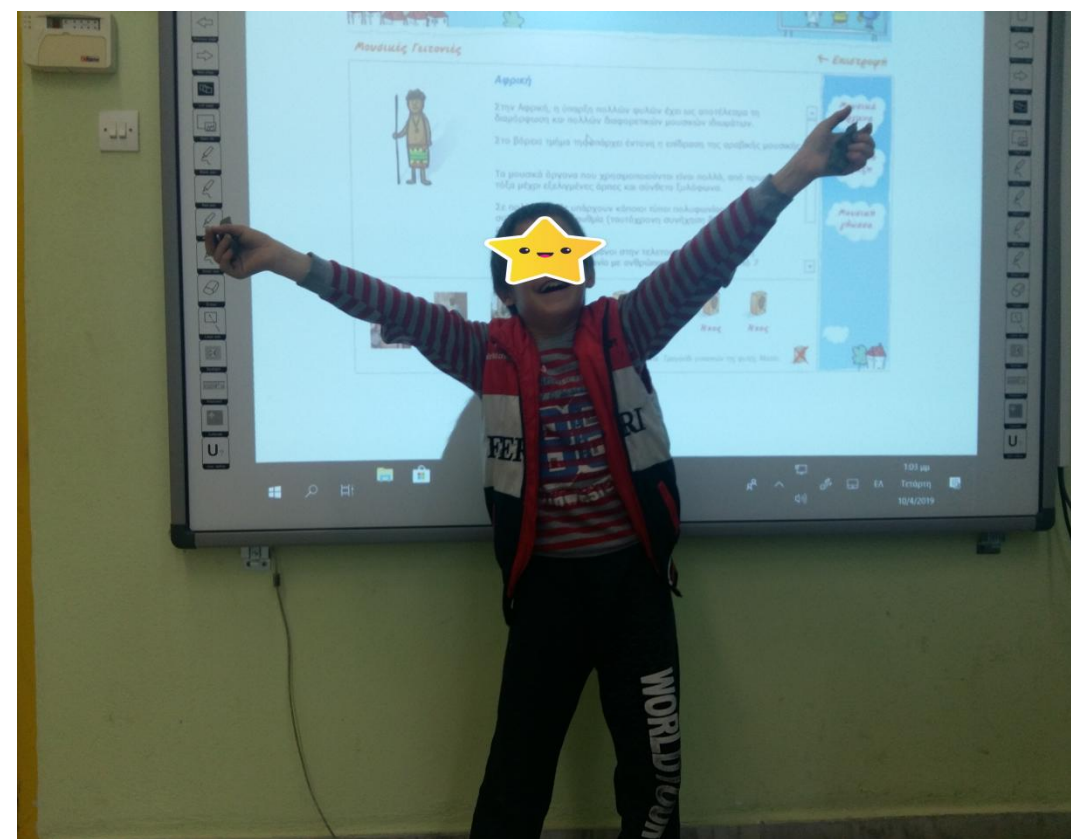
ΘΥΜΟΣ

- 1 Όταν ξεν πω βόλα
  - 2 Όταν με πειράζουν
- Βάζω τα χέρια τσιγού
  - Φεύγω
  - Χτυπώ το τραπέζι
  - Ρίχνω πράγματα

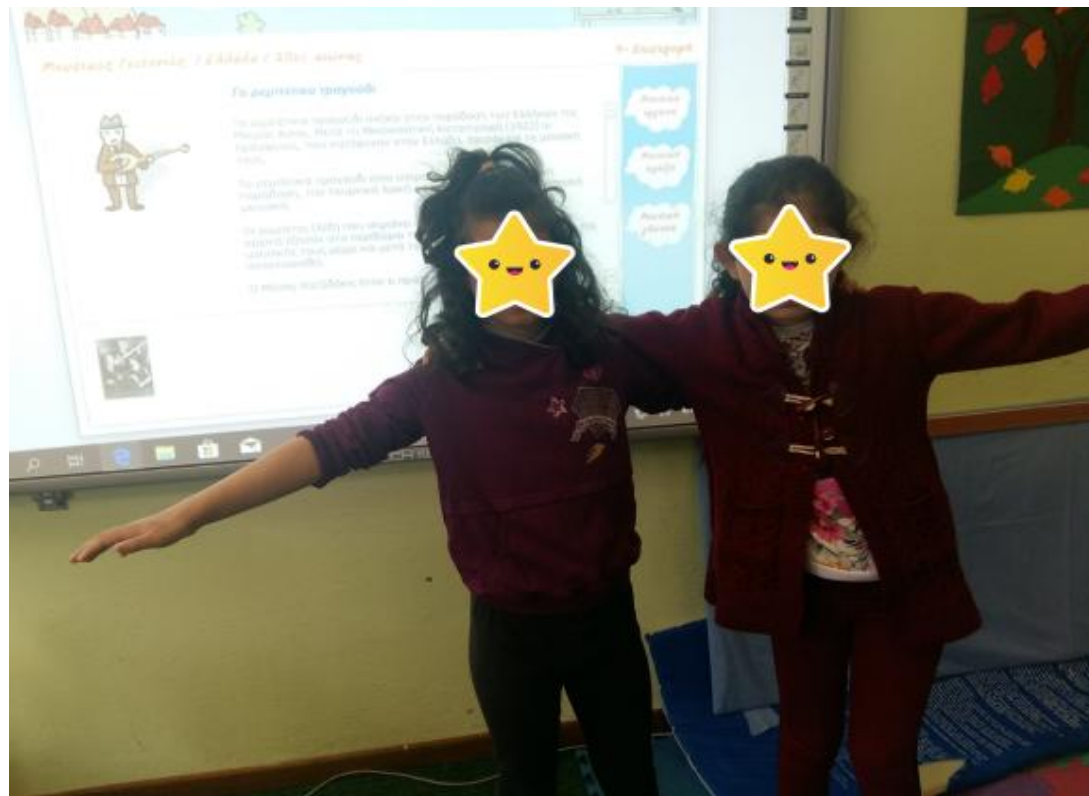
# Γνωριμία με διάφορα είδη μουσικής και με μουσικά όργανα απ' όλο τον κόσμο



# Κουλτούρες- Μουσικός πολιτισμός άλλων λαών



# Μουσικές γειτονιές



# Επαφή με κρουστά μουσικά όργανα





# Δραματοποίηση ηχοϊστορίας



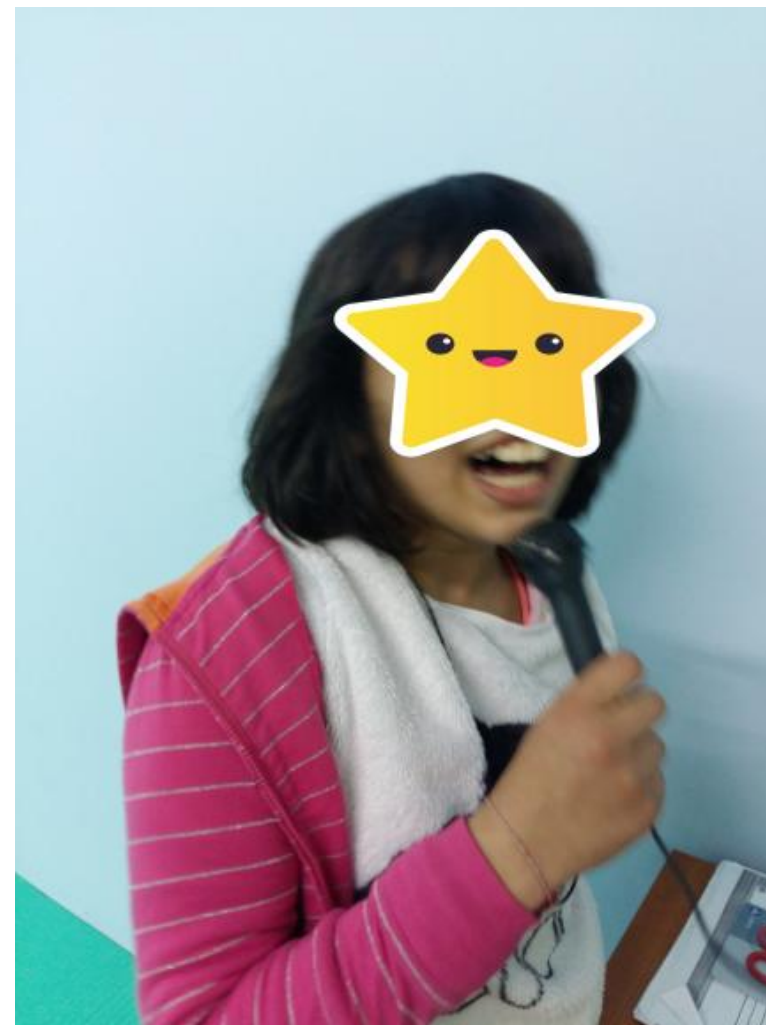
# Μουσικοθεραπευτικά ομαδικά παιχνίδια



# Βελτίωση των κινητικών δεξιοτήτων



# Καλλιέργεια της φαντασίας και της δημιουργικότητας



# Συνεργασία- Κοινωνικοποίηση



# Χαλάρωση μέσω μουσικής



# Ενσυναίσθηση



# Σύνδεση Μουσικής- Γλώσσας- Ψυχολογίας





# Παραδοσιακά ακούσματα Χελιδονίσματα




**Συμμετοχή σε ομαδικά παιχνίδια με συνοδεία μουσικής  
1ο Δημοτικό Σχολείο Κομοτηνής**



# Μουσικοθεραπεία στη φύση Δημοτικό πάρκο Κομοτηνής



- 
- **Οι μαθητές μας ανταποκρίθηκαν θετικά στο πρόγραμμα της μουσικοθεραπείας. Συμμετείχαν σε ομαδικές δραστηριότητες και σε βιωματικά παιχνίδια με πολύ προθυμία. Ενίσχυσαν τις μουσικές τους γνώσεις και βελτίωσαν τις δεξιότητες τους.**