

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ Г.КРАСНОДАР

«Центр развития- детский сад №173»

г. Краснодар, ул. Азовская, 9

---

Консультация для родителей

***Тема: «Музыкотерапия»***

*Подготовила: музыкальный руководитель Манукян Р.М.*

*Музыка не только фактор облагораживающий, воспитательный.*

*Музыка- целитель здоровья.*

*/В.М.Бехтерев/*

Уважаемые родители, вы все знаете, что в детском саду ребёнок проживает треть своей дошкольной жизни. И эту жизнь его организуют сотрудники ДОУ, а значит, как она будет организована, зависит в немалой степени состояние здоровья детей. Дети порой бывают замкнутыми, тревожными, застенчивыми, агрессивными. Поэтому наши педагоги создают развивающую среду и организуют познавательно-продуктивную деятельность так, чтобы детям было комфортно и эмоционально благополучно.

Мы сегодня поговорим о том, как музыка влияет на здоровье ребёнка. Это называется «музыкотерапия», термин имеет греко-латинские корни и в переводе означает «лечение музыкой».

**Музыкатерапия** – это особая форма работы с детьми с использованием музыки в любом виде (прослушивание записей, игра на музыкальных инструментах, пение и др.). Музыкатерапия даёт возможность

активизировать ребёнка, преодолевать неблагоприятные установки и отношения, улучшать эмоциональное состояние. Контакт с помощью музыки безопасен, ненавязчив, индивидуализирован, снимает страхи и напряжённость. Музыка способна регулировать человеческий характер. Например: мажорная музыка вызывает светлое и радостное настроение, а минорная наоборот. А самое интересное то, что если ребёнок имеет музыкальный слух, то эмоциональное воздействие звуковых сочетаний усиливается в несколько раз.

Нужно ещё отметить, что, по мнению специалистов, музыка положительно влияет на различные системы организма: сердечно-сосудистую, двигательную, дыхательную, центральную нервную систему. Российский врач М.Л. Лазарев, директор московского детского центра восстановительного лечения подтверждает, что под воздействием специально подобранной классической музыки дети (даже которые находятся в утробе матери), развиваются гармонично как в физическом, так и в духовном плане. Он рекомендует слушать спокойные мелодии.

Посмотрим, какие свойства имеет музыка:

1. Музыка способна воздействовать на различные сферы жизнедеятельности через три основных фактора:

- \* вибрационный (является стимулятором обменного процесса на уровне клетки);
- \* физиологический (способен изменять различные функции организма: дыхательную, двигательную, сердечно – сосудистую);
- \* психологический (через ассоциативные связи, медитацию способен значительно менять психическое состояние ребёнка).

2. Музыка имеет фундаментальное начало всего живого: ритм, мелодию и гармонию. Она учит ребёнка чувствовать ритмы жизни, гармонизирует его собственные биоритмы.

3.Музыка позволяет точно дозировать психофизическую нагрузку, начиная от прослушивания нежных звуков и доходя до мощных ритмов аэробики и танцев.

4.Музыка позволяет совершенствовать дыхательную функцию опосредованно. Так, исполняя музыкальное произведение на духовом инструменте, ребёнок должен подчинить своё дыхание тому размеру, который заложен в пьесе. Известно, что эмоции тесно связаны с дыханием. Например, радость сопровождается дыханием в 17 вдохов в минуту, активная грусть – 20 вдохов в минуту, гнев – 40 вдохов в минуту. В соответствии с этим, влияя на ритм дыхания через музыкальную фразу (пение, игра на духовом инструменте), мы можем моделировать эмоциональное состояние.

5.Музыка восстанавливает иммунитет, так как при снижении эмоционального тонуса или при наличии негативных эмоций снижается иммунитет ребёнка, и он чаще болеет.

Мелодии, доставляющие человеку радость, благотворно влияют на организм: замедляют пульс, увеличивают силу сердечных сокращений, способствуют расширению сосудов, стимулируют пищеварение, улучшают аппетит, улучшают обмен веществ, стимулируют дыхание и кровообращение, усиливают внимание.

Приведём пример: Антонио Вивальди «Времена года». Лучшим музыкальным терапевтом эпохи барокко был итальянский композитор Антонио Вивальди. Из-за врожденной деформации грудной клетки ему было трудно дышать, передвигаться без посторонней помощи, и поэтому всю свою внутреннюю силу, весь свой темперамент Вивальди вложил в музыку. Экспериментально установлено, что дети еще в утробе матери успокаиваются под звуки музыки Антонио Вивальди, так что все его произведения будут полезны малышам, а начать стоит с цикла «Времена года». И лучше всего с такой спокойной части, как «Зима» (Февраль), под

звуки которой так и представляются кружащиеся снежинки, дети катаются на санках или лепят снеговика.

Фантазируйте вместе с ребёнком!

### **Список музыкальных произведений, рекомендуемых для проведения музыкотерапии:**

#### **1. Музыка для свободной деятельности детей:**

И. С. Бах «Шутка»

И. Брамс «Вальс»

А. Вивальди «Времена года»

Д. Кабалевский «Клоуны», «Петя и волк»

В. Моцарт «Маленькая ночная серенада»

М. П. Мусоргский «Картинки с выставки»

П. И. Чайковский «Детский альбом», «Времена года», «Щелкунчик»  
(отрывки из балета)

Ф. Шопен «Вальсы»

#### **2. Музыка для релаксации:**

Т. Альбиони «Адажио»

Л. Бетховен «Лунная соната»

К. Глюк «Мелодия»

К. Дебюсси «Лунный свет»

Н.А. Римский-Корсаков «Море»

К. Сен-Санс «Лебедь»

П.И. Чайковский «Осенняя песнь»

Ф. Шопен «Ноктюрн соль минор»

Ф. Шуберт «Аве Мария», «Серенада»