**Консультация для родителей**

**«Музыкотерапия в детском саду и дома»**

«Музыка – это лекарство, которое слушают».

Музыкотерапия – это контролируемое использование музыки в

коррекции психоэмоциональной сферы ребёнка.

Одно из перспективных направлений в жизни дошкольного

образовательного учреждения.

Она способствует коррекции психофизического здоровья детей в

процессе их жизнедеятельности.

Различают:

- активную (двигательные импровизации под соответствующий

характеру музыки, словесный комментарий)

- пассивную (прослушивание стимулирующей, успокаивающей или

стабилизирующей музыки специально или как фон)

формы музыкотерапии.

Непосредственное лечебное действие музыки на нервно-

психологическую сферу детей происходит при ее пассивном или

активном восприятии.

Музыкотерапия позволяет решить ряд проблем:

- преодолеть психологическую защиту ребенка – успокоить , или

наоборот, настроить, активизировать, заинтересовать, установить

контакт между взрослым и ребенком, помогает развивать

коммуникативные и творческие возможности ребенка, занять его

увлекательным делам – музыкальными играми, пением, танцами,

движениями под музыку, импровизацией на музыкальных инструментах.

Слушание правильно подобранной музыки с выполнением психо-

гимнастических этюдов повышает иммунитет детей, снимает напряжение

и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает

спокойное дыхание.

Современные сведения, наложенные на древнейшие знания,

показывают, что звуки различных музыкальных инструментов по-разному

влияют на организм человека:

• звучание ударных инструментов способно дать ощущение

устойчивости, уверенности в будущем, физически взбодрить, придать

человеку силы;

• духовые инструменты влияют на формирование эмоциональной

сферы, причем медные духовые мгновенно пробуждают человека ото

сна, делают его бодрым, активным;

• музыка, исполняемая клавишными инструментами, особенно

фортепианная, соответствует интеллектуальной сфере человека. Не

случайно звучание рояля называют самой математической музыкой, а

пианистов относят к музыкальной элите, которая обладает четким

мышлением и очень хорошей памятью;

• струнные инструменты прямо воздействуют на сердце. Они, в

особенности скрипки, виолончели и гитары, развивают в человеке

чувство сострадания;

• вокальная музыка влияет на весь организм, но больше всего на

горло.

Наше дыхание ритмично. Если мы не выполняем тяжелые физические

упражнения и не лежим спокойно, то обычно делаем в среднем 25-35

вдохов в минуту. Замедлив темп музыкального произведения, можно

сделать дыхание более глубоким, спокойным.

На музыку реагирует и температура тела. Громкая музыка с сильными

ритмами может повысить температуру на несколько градусов и согреть в

холод, в то время как мягкая музыка способна «охладить» нас.

В детском саду и дома музыка необходима детям в течение всего дня.

Это не значит, что она должна звучать непрерывно и громко.

Музыка должна прослушиваться детьми- дозировано, в зависимости

от времени суток, вида деятельности, даже настроения детей:

• утром рекомендуется включать солнечную мажорную

классическую музыку, добрые песни с хорошим текстом;

• для расслабления, снятия эмоционального и физического

напряжения, для приятного погружения в дневной сон необходимо

воспользоваться благотворным влиянием мелодичной классической и

современной релаксирующей музыки, наполненной звуками природы

(шелест листьев, голоса птиц, стрекотание насекомых, шум морских волн

и крик дельфинов, журчание ручейка). Дети на подсознательном уровне

успокаиваются, расслабляются;

• пробуждению детей после дневного сна поможет тихая, нежная,

легкая, радостная музыка. Детям легче и спокойнее переходить из

состояния полного покоя к активной деятельности.

**СПИСОК МУЗЫКАЛЬНЫХ ПРОИЗВЕДЕНИЙ,**

**РЕКОМЕНДУЕМЫХ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ МУЗЫКОТЕРАПИИ:**

Музыка для свободной деятельности детей:

Бах И. «Прелюдия до мажор», «Шутка»

Брамс И. «Вальс»

Вивальди А. «Времена года»

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

Моцарт В. «Маленькая ночная серенада», «Турецкое рондо»

Мусоргский М. «Картинки с выставки»

Чайковский П. «Детский альбом», «Времена года», «Щелкунчик»

Шопен Ф. «Вальсы»,Штраус И. «Вальсы»