

## «Музыкальные игры в семье»



**Консультация для родителей.**

**Подготовил:**

**Музыкальный руководитель:**

**Васютченко В.В.**

**Декабрь 2021г**

Потрясающая сила воздействия музыки на людей известна с древнейших времен. Но, как установила наука, музыка способна не только помогать душе, но и лечить тело. Лечение посредством музыки получило название музыкотерапии. Музыкотерапия — это психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека. В коррекции психоэмоциональной сферы ребёнка музыкотерапия – это контролируемое использование музыки. Одно из перспективных направлений в жизни дошкольного образовательного учреждения.

Она способствует коррекции психофизического здоровья детей в процессе их жизнедеятельности.

Уважаемые родители, давайте с вами разберемся в том, что же такое музыкотерапия? Как с помощью нее можно повлиять на эмоциональное самочувствие ребенка? «Музыка – это лекарство, которое слушают». Музыкотерапия помогает решить ряд проблем:

- преодолеть психологическую защиту ребенка (успокоить, или наоборот, настроить, активизировать, заинтересовать);
- установить контакт между взрослым и ребенком;
- развить коммуникативные и творческие возможности ребенка;
- занять его увлекательными делами (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 оказывает влияние на весь организм, но больше всего на горло.

Рекомендации по применению музыкотерапии в коррекционной работе с детьми: использовать для слушания можно только то произведение, которое нравится абсолютно всем детям; желательно слушать музыкальные пьесы, которые знакомы детям; продолжительность слушания должна составлять не более 10 минут в течение всего занятия.

Дома с детьми вы тоже можете использовать музыкотерапию, при соблюдении определенных правил, основанных на психофизиологических принципах более чем на эстетико-художественных. Самые важные из них: В начале нужно изучить информацию об исполняемом произведении. Следует понимать его суть и текстуру. Заранее можно посмотреть текст исполняемого произведения. Расслабление - это поможет вам «открыть двери бессознательного» и в полной мере ощутить действие музыки. И не важно, что вы хотите испытать успокаивающее действие музыки или поднимающее настроение. Нужно правильно выбрать дозу. Так как лечение музыкой не должно быть утомительным, чтобы не вызвать усталости и возможных защитных реакций. Громкость и сила музыки обязательно должна регулироваться. Небольшую громкость следует выбирать не только для успокаивающей, но и для бодрящей. Очень большая громкость музыки утомляет и возбуждает нервную систему. После слушания лечебной музыки немного отдохните. Это благоприятствует ее полному, не нарушающему душевное равновесие, действию на бессознательное. Лечебное использование музыки во время сна особенно рекомендуется для детей, и вообще для людей беспокойных и возбужденных.

Рекомендуемые произведения для проведения музыкотерапии  
Музыка для пробуждения:

- «Вальс цветов», «Зимнее утро» П. Чайковский
- «Аквариум» К. Сен – Санс
- «Романс» Д. Шостакович
- «Утро». Э. Григ
- «Менуэт» Л. Боккерини

Музыка для релаксации:

- Колыбельные песни
- «Мелодия» К. Глюк
- «Лебедь» К. Сен – Санс
- «Лунная соната» Л. Бетховен
- «Песня Сольвейг» Э. Григ
- «Романс» Г. Свиридов

Организующая музыка: (способствующая концентрации внимания)

- «Марш» С. Прокофьев
- «Ария» И.С. Бах
- «Музыкальный момент» Ф. Шуберт
- Альбом «Времена года»: «Весна», «Лето» Вивальди

Таким образом, хотелось бы отметить, что музыкотерапия является интересным и перспективным направлением, которое используют во многих странах в лечебных и оздоровительных целях, она снимает напряжение и отрицательные эмоции, успокаивает и расслабляет, активизирует скрытые возможности подсознания и мобилизует резервы организма.

