


«Музыкотерапия – музыка и здоровье ребенка» - консультация для воспитателей

**Муз. руководитель: Мельник Н.М.
г. Луга 2017 г.**



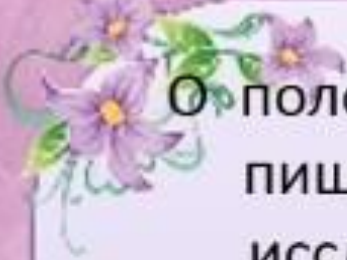


По мнению многих учёных,
медиков и педагогов, в музыке
заложен колоссальный
потенциал для оздоровления.

Музыкотерапия –


это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях, а также для лечения различных заболеваний.






О положительном эффекте воздействия музыкотерапии пишут многие специалисты. В России специальные исследования Л.С. Брусиловского, В.И. Петрушина, В.М. Бехтерева, И.М. Гриневой, С.В. Шушарджан, Г.П. Шипулина и многие другие выявили положительное влияние музыки на различные системы организма:

- сердечнососудистую,
 - двигательную,
 - дыхательную,
 - центральную нервную систему.
- 

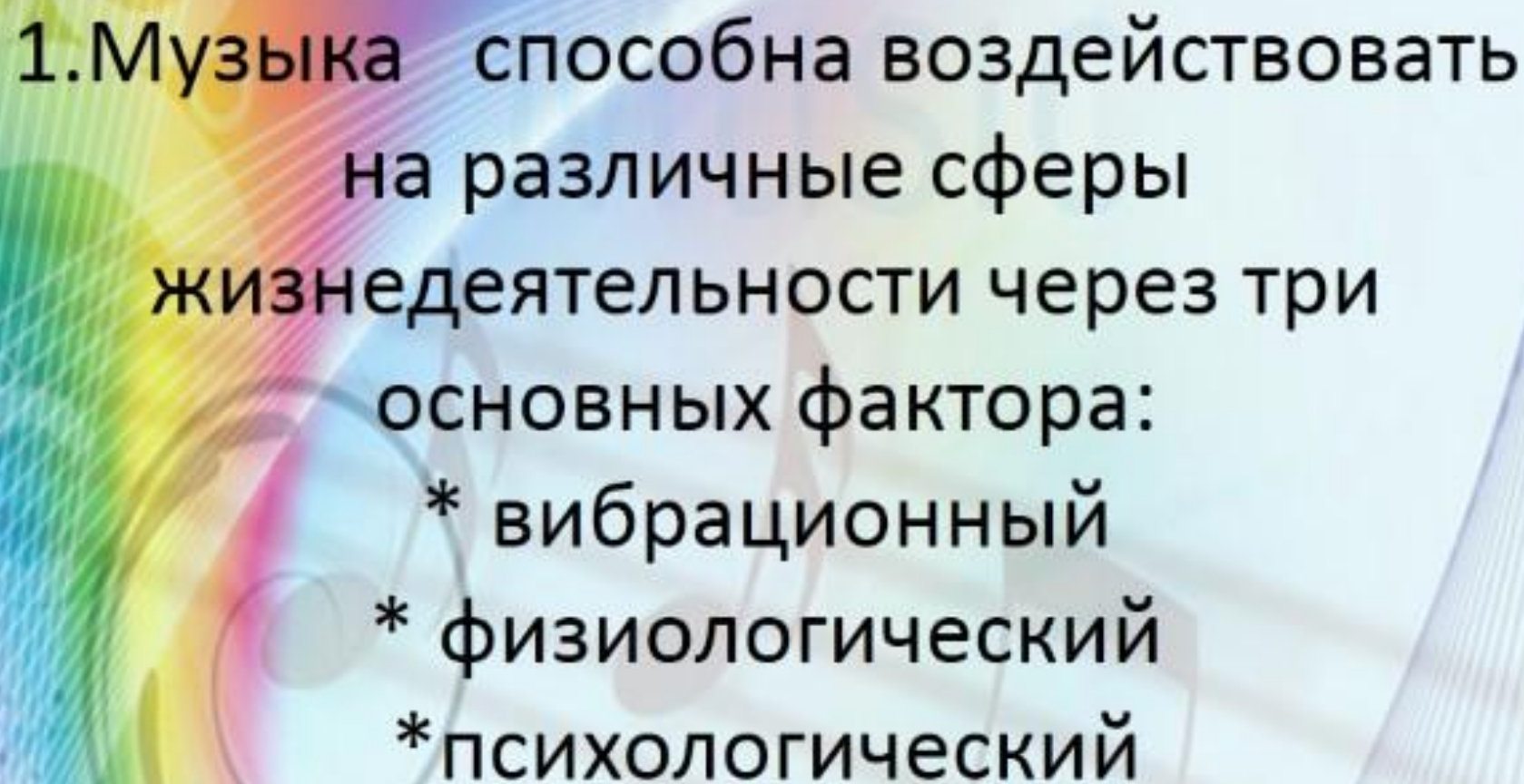


Российский врач М.Л. Лазарев, директор московского детского центра восстановительного лечения подтверждает, что под воздействием специально подобранной классической музыки **дети (даже которые находятся в утробе матери)** развиваются гармонично как в физическом, так и в духовном плане. Он рекомендует слушать спокойные мелодии Моцарта и Вивальди.



Исследования врачей доказали, что уже на 5 – м месяце внутриутробного развития ребёнок слышит и различает звуки. Он может реагировать на громкость и ритм мелодии.





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

- * вибрационный
- * физиологический
- * психологический

Вибрационный фактор музыки
является стимулятором обменного
процесса на уровне клетки




Физиологический фактор музыки способен изменять различные функции организма: дыхательную, двигательную, сердечно - сосудистую



Психологический фактор через ассоциативные связи, медитацию способен значительно менять психическое состояние ребёнка






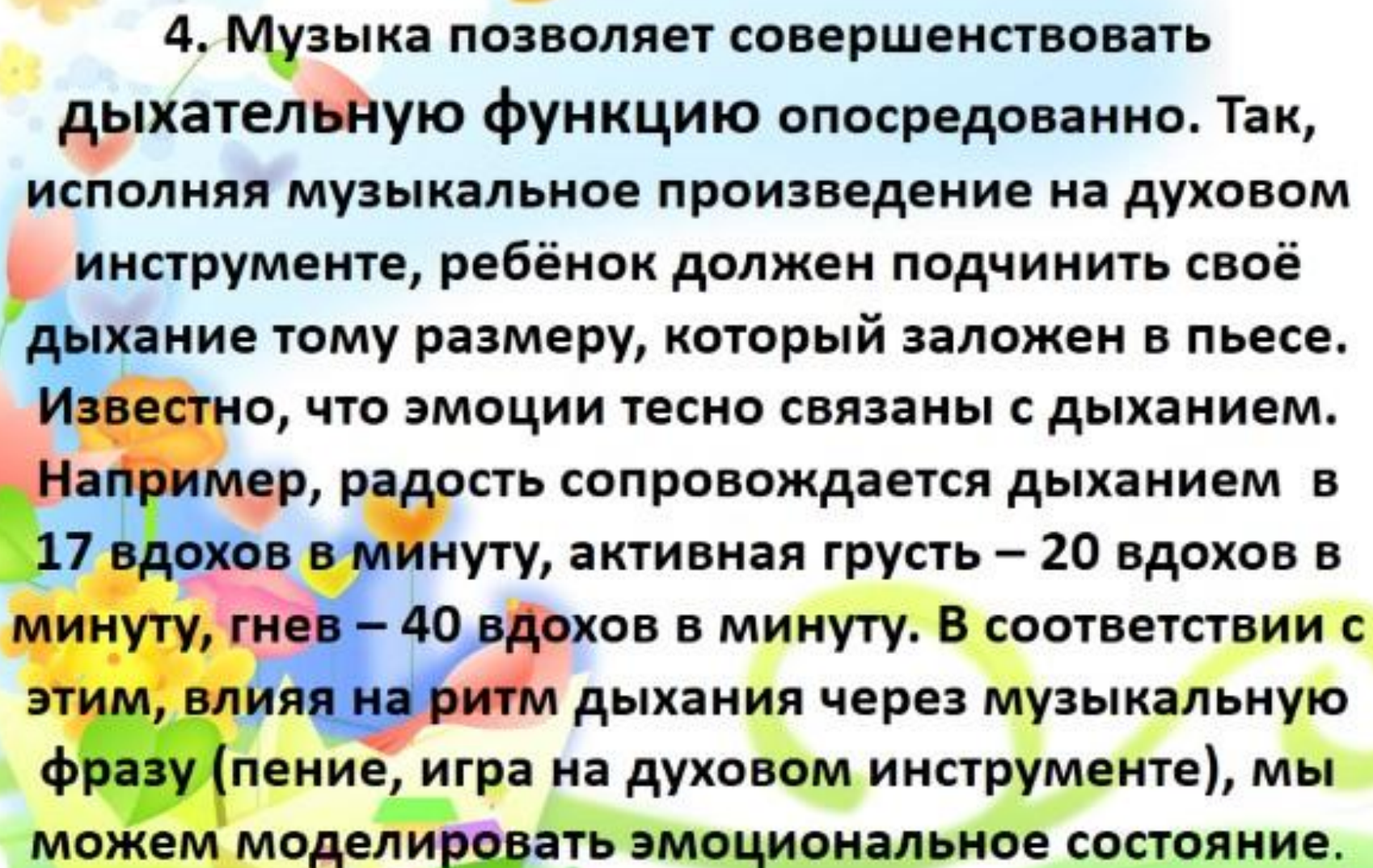
2. Музыка имеет фундаментальные
начала всего живого:

ритм, мелодию и гармонию.

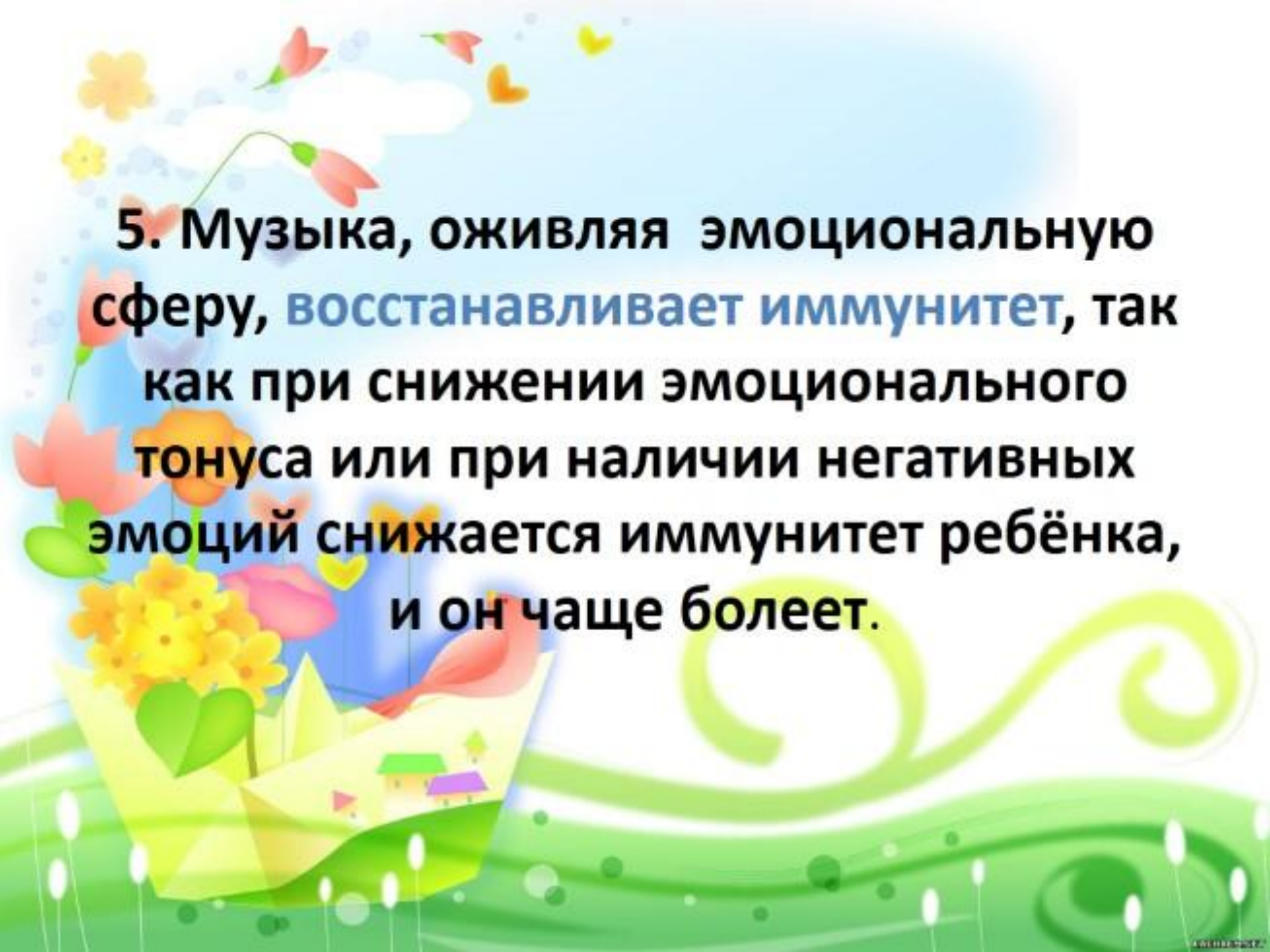
Она учит ребёнка чувствовать ритмы
жизни, гармонизирует его
собственные биоритмы,
синхронизирует биохимические
процессы организма.



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.

A vibrant, stylized illustration of a yellow paper boat floating on a green field. The boat is filled with various colorful flowers, including yellow daisies, pink tulips, and orange blossoms. The background features a bright blue sky with soft white clouds and several colorful butterflies. The overall scene is bright and cheerful, with a soft, glowing light effect.

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


**Специально подобранная музыка
позволяет дозированно «тренировать»
эмоциональную сферу ребёнка и
повышать уровень иммунных
процессов в организме, то есть
приводит к снижению его
заболеваемости**





Музыка способна изменить
душевное и физическое
состояние человека.

Врачуют естественные и
искусственные звуки.






**Мелодии, доставляющие
человеку радость,
благоотворно 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.
- 




**Классические музыкальные
произведения и их
положительный эффект
воздействия на ребёнка:**



В.А. Моцарт. Соната для фортепиано №1 До мажор— всего лишь 10-минутное прослушивание фортепианной музыки Моцарта повышает IQ людей в среднем на 8-10 единиц.


Прослушивание сонат Моцарта делает продуктивной любую деятельность, рисует малыш, играет в кубики или учится ползать.



Шарль Камиль Сен-Санс. "Карнавал животных".

14 музыкальных миниатюр, иллюстрирующих животный мир, развивают воображение ребенка. Творите вместе с ним, изображайте и черепах, и львов, и кенгуру, и, конечно, всеми любимого лебедя. Ребенок, начиная с двух лет, будет ловить каждое ваше движение, пытаться его повторить. Ребенок помладше будет с жадностью следить за вашими пантомимами под музыку. Начните с одной части в день, потом малыш сам будет просить вас о таких сеансах.





И. Штраус Полька «Трик-Трак» –
пришло время попрыгать, потанцевать.

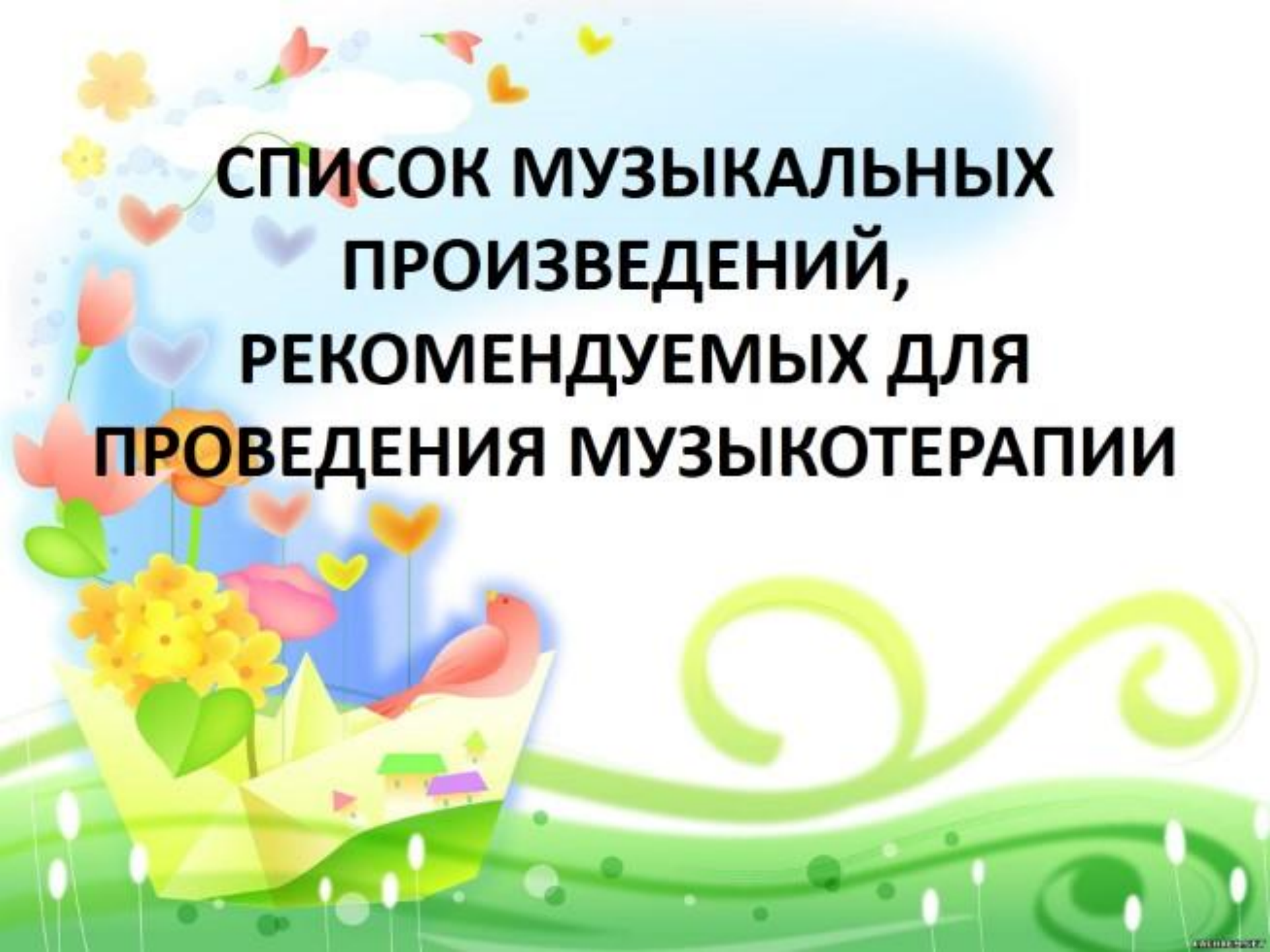
Полька легкая, воздушная, с небольшими кульминациями, так что вам будет удобно расставлять танцевальные акценты.

Обратите внимание ребенка на ударные инструменты: треугольник, барабан, трещотку. Добавляйте постепенно и польки и вальсы, не очень длинные. Танцуйте вместе с ребенком, помогая ему развивать чувство ритма.

А. Вивальди «Времена года», Зима, Февраль.

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, заснеженная деревенька, дети катаются на санках или лепят снежную бабу.

Фантазируйте вместе с вашим малышом!



**СПИСОК МУЗЫКАЛЬНЫХ
ПРОИЗВЕДЕНИЙ,
РЕКОМЕНДУЕМЫХ ДЛЯ
ПРОВЕДЕНИЯ МУЗЫКОТЕРАПИИ**

Музыка для свободной деятельности детей:

И. С. Бах «Прелюдия до мажор», «Шутка»

И.Брамс «Вальс»

А. Вивальди «Времена года»

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

В.Моцарт . «Маленькая ночная серенада»,


«Турецкое рондо»

М.П.Мусоргский «Картинки с выставки»

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

Ф.Шопен «Вальсы»

И.Штраус «Вальсы»

The background is a vibrant, colorful illustration. It features a light blue sky with falling petals and hearts. In the foreground, there are green wavy lines representing grass or water, with a yellow paper boat containing a small house and a red bird. Various flowers in shades of pink, orange, and yellow are scattered throughout the scene.

Музыка для пробуждения после сна:

Л.Боккерини «Менуэт»

Э. Григ «Утро»

Лютневая музыка XVIII века


Ф.Мендельсон «Песня без слов»

В. А. Моцарт «Сонаты»

М. П.Мусоргский «Рассвет на Москва-реке»

Сенс-санс К. «Аквариум»

П. И. Чайковский «Вальс цветов», «Зимнее утро», «Песня жаворонка»



Детские песни:

«Антошка» (Ю.Энтин, В.Шаинский)

«Бу-ра-ти-но» (Ю.Энтин, А.Рыбников)

«Будьте добры» (А.Санин, А.Флярковский)

«Веселые путешественники» (С.Михалков, М.Старокадомский)

«Все мы делим пополам» (М.Пляцковский, В.Шаинский)

«Где водятся волшебники» «Да здравствует сюрприз» (из к/ф «Незнайка с нашего двора» Ю.Энтин, М.Минков)

«Если добрый ты» (из м/ф «Приключения кота Леопольда»
М.Пляцковский, Б.Савельев)


«Колокола», «Крылатые качели» (из к/ф «Приключения электроника»,
Ю.Энтин, Г.Гладков)


«Настоящий друг» (из м/ф «Тимка и Димка», М.Пляцковский, Б.Савельев)

«Песенка Бременских музыкантов» (Ю.Энтин, Г.Гладков)

«Прекрасное далеко» (из к/ф «Гостя из будущего» Ю.Энтин, Е.Крылатов)

«Танец маленьких утят» (французская народная песня)





Музыка для релаксации:

Т. Альбиони «Адажио»

Л. Бетховен «Лунная соната»

К.Глюк «Мелодия»

Э.Григ «Песня Сольвейг»

К.Дебюсси «Лунный свет»

Н. А. Римский-Корсаков «Море»


К.Сен-Санс «Лебедь»

П. И. Чайковский «Осенняя песнь»,

«Сентиментальный вальс»

Ф.Шопен «Ноктюрн соль минор»

Ф.Шуберт «Аве Мария», «Серенада»



A colorful illustration of two children playing musical instruments in a garden. A girl with red hair and a flower in her hair is sitting on a green leaf, playing a xylophone with red mallets. A boy with brown hair is standing on a green leaf, playing a stringed instrument with a bow. The background is a bright blue sky with a yellow sun, a small yellow bird, and a blue bird. There are several clusters of yellow flowers with green leaves. The text is overlaid on the illustration in a large, bold, black font.

**Слушайте
хорошую музыку
и будьте
здоровы!**

Рекомендуемые источники:

www.baby-land.org/index/?node_id=412

<http://www.svetan.ru/musikoterapia.html>

www.c-cafe.ru/words/140/13899.php

<http://nsportal.ru/shkola/materialy-dlya-roditele>



Спасибо за внимание!



