

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

Уважаемые родители, давайте с вами разберемся в том, что же такое музыкотерапия? Как с помощью нее можно повлиять на эмоциональное самочувствие ребенка?

Термин «музыкотерапия» имеет греко-латинские корни и в переводе означает **«лечение музыкой»**.

С точки зрения науки, **музыкальная терапия (музыкотерапия)** – это определенная система психосоматической регуляции функций организма человека, которая базируется на одновременном влиянии акустических волн, организованных в музыкальную структуру, на психоэмоциональную, духовную сферу человека, а так же на поверхность тела и его внутренние органы.

Музыкотерапия дает возможность разрешить ряд проблем: преодолеть психологическую защиту детей – активизировать или наоборот успокоить, установить связь между взрослым и ребенком, может совершенствовать коммуникативные и креативные способности ребенка, заинтересовать, занять его интересным делом – пением, музыкальными играми, плясками, движением под музыку, импровизацией на музыкальных инструментах.

**Звучание различных музыкальных инструментов по – разному оказывают влияние на организм человека:**

- Звучание ударных инструментов дает уверенности в будущем, ощущение устойчивости, может физически взбодрить и придать человеку силы.
- Духовые инструменты действуют на формирование эмоциональной сферы. При этом медные духовые очень быстро пробуждают человека ото сна, делают его активным и бодрым.
- Интеллектуальной области соответствует музыка, которая исполняется клавишными инструментами, в особенности фортепианная.
- Струнные инструменты непосредственно влияют на сердце. Они, в особенности скрипки, виолончели и гитары, формируют в человеке чувство сострадания.

**Музыка** действует избирательно: в зависимости от характера произведения, от инструмента, на котором она исполняется. Так, например, скрипка и фортепиано успокаивают нервную систему, а флейта оказывает расслабляющее действие (музыка Баха, Моцарта, Бетховена). Однако излишне громкая музыка с подчеркнутыми ритмами ударных инструментов вредна не только для слуха, но и для нервной системы. Современные ритмы увеличивают содержание адреналина в крови, чем могут вызвать стресс. Специальные исследования показали, что наиболее возбуждающим действием обладает музыка Вагнера, оперетты Оффенбаха, "Болеро" Равеля, "Весна священная" Стравинского с их возрастающим ритмом. Эти произведения оказывают наибольший эффект в работе с вялыми, патетичными детьми. Уравновешиванию нервной системы способствуют фонограммы леса, пение птиц, пьесы цикла "Времена года" Чайковского, "Лунная соната" Бетховена.

Также лечебными процедурами считается прослушивание композиций, где солируют следующие музыкальные инструменты:

**Фортепиано, аккордеон** благотворно влияют на образование желчного сока, защищают слизистую от поражения. Эффективное время суток — утро.

**Гитара** приглушает раздражение и «разгружает» сердце. Эффективное время суток — полдень.

**Флейта** восстанавливает функцию печени. Эффективное время суток — вечер, ночь

**Скрипка** активизирует тонкий кишечник. Эффективное время суток – день.

**Саксофон** нормализует работу почек, «разбивает» камешки. Эффективное время суток — вечер.

**Труба** улучшает работу поджелудочной железы. Эффективное время суток — утро

**Арфа** улучшает дыхание при астме, бронхите. Эффективное время суток — вечер

**Барaban** укрепляет иммунитет. Эффективное время суток — утро.

## СПИСОК МУЗЫКАЛЬНЫХ ПРОИЗВЕДЕНИЙ,

### РЕКОМЕНДУЕМЫХ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ МУЗЫКОТЕРАПИИ

Музыка для свободной деятельности детей:

Бах И. «Прелюдия домажор», «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» (отрывки из балета)

Шопен Ф. «Вальсы», Штраус И. «Вальсы»

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)