

## Консультация для родителей «Музыкальная аптека»

**Дорогие мамы и папы!**



Ещё в древности медики полагали, что музыка способна вылечить человека. Многие видные деятели, как медицины, так и искусства, считали силу воздействия музыки на человека целесообразной. А воздействие музыки на ребёнка неопределимо. Музыка способна

регулировать состояние души ребёнка: она помогает ему преодолеть неуверенность, растерянность, печаль, страх, боязнь чего-то, помогает поднять настроение, работоспособность. Музыка помогает восстановить нервную систему ребёнка. Например, чересчур перевозбуждённый малыш благодаря спокойной мелодии может успокоиться, а ритмичная музыка способна взбодрить нерешительного ребёнка.

Под музыку выстраивается ритмика организма, при которой физиологические реакции протекают наиболее эффективно. При умело подобранной мелодии снижается утомление, улучшается самочувствие.

Наука с красивым названием «музыкотерапия» появилась ещё во времена Пифагора, который ещё в 6 веке до н.э. применял музыку для лечения заболеваний.

Как уменьшить чувство тревоги и неуверенности? В этом вам помогут мажорные мелодии, темпа ниже среднего. Народная и детская музыка даёт ощущение безопасности. Хорошее воздействие могут оказать этнические композиции и классика: музыка Шопена, знаменитые вальсы Штрауса.

Как уменьшить нервное возбуждение? Гиперактивным детям полезно часто и подолгу слушать спокойную, тихую музыку. Как правило, помогают следующие произведения знаменитых классиков: И.С.Бах «Кантата 2», Л.В.Бетховен «Лунная соната» и «Симфония ля-минор».

Хотите спокойствия? Расслабляющим действием обладают звуки флейты, игра на скрипке и фортепиано. Успокаивающий эффект несут звуки природы (шум моря, леса), вальсы, произведения Вивальди, Бетховен «Симфония 6» - часть 2, Брамс «Колыбельная», Шуберт «Аве Мария», Шопен «Ноктюрн соль-минор», Дебюсси «Лунный свет».

Как избавиться от напряженности в отношениях с людьми? Включите Баха «Концерт ре-минор для скрипки».

Депрессия? Помогут скрипичная и церковная музыка. Произведения Моцарта, «Менуэт» Генделя, Бизе «Кармэн» - часть 3.

У вас мигрень, головная боль? Ставьте диск с религиозной музыкой или классикой: Моцарт «Дон Жуан» и «Симфония № 40», Лист «Венгерская рапсодия №1».

Для поднятия общего жизненного тонуса, улучшения самочувствия, активности нужна ритмичная, бодрящая музыка. Можно использовать различные марши: их прослушивание повышает нормальный ритм человеческого сердца в спокойном состоянии, что оказывает бодрящее, мобилизующее воздействие.



Из классики «вялым» детишкам можно поставить: Чайковский «Шестая симфония» - часть 3, Бетховен «Увертюра Эдмонд», Шопен «Прелюдия 1, опус № 28», Лист «Венгерская рапсодия №2».

Для уменьшения агрессивности, непослушания подойдет опять же классика: Бах «Итальянский концерт», Бетховен «Лунная соната».

### **Как слушать?**

- Продолжительность - 15-30 минут.
- Лучше всего прослушивать нужные произведения утром после пробуждения или вечером перед сном.
- Во время прослушивания (если это происходит дома) старайтесь не сосредотачиваться на чем-то серьезном, можно выполнять обычные бытовые дела (уборка игрушек, сбор учебников, подготовка постели). А еще лучше занимайтесь чем-нибудь приятным, например, просмотром фотографий, поливкой цветов.

### ***Благодарю за внимание!***

Подробнее с информацией вы можете ознакомиться в следующих источниках:

1. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2014/09/04/konsultatsiya-dlya-roditeley>
2. <https://infourok.ru/konsultaciya-domashnyaya-muzykalnaya-aptechka-4355165.html>
3. [http://instruktor-myachikova.blogspot.com/2015/09/blog-post\\_22.html](http://instruktor-myachikova.blogspot.com/2015/09/blog-post_22.html)

Консультацию подготовил:  
музыкальный руководитель ГБДОУ № 52

