

Консультация для родителей «Музыкотерапия»

Уважаемые мамы и папы!

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

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.

Музыкотерапия – это перспективное направление в детском саду, способствует коррекции психофизического здоровья детей. Слушание грамотно подобранной музыки убирает напряженность и раздражительность, повышает иммунитет детей, снимает головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

В детском саду музыка прослушивается детьми дозированно, это зависит от времени суток, вида деятельности, и даже настроения детей. Утром предпочтительно включить мажорную, солнечную, классическую музыку, добрые песни с понятным текстом. Для снятия эмоционального и физического напряжения, расслабления, для спокойного погружения в дневной сон следует воспользоваться благотворным воздействием релаксирующей и мелодичной классической музыки, заполненной звуками природы (журчание ручейка, шум морских волн и крик дельфинов, шелест листьев, голоса птиц). Ребенок подсознательно расслабляется и успокаивается. Для пробуждения нужно использовать тихую, нежную, легкую и радостную музыку. Услышав звуки привычной музыки, детям будет легче и спокойнее переключаться из состояния абсолютного покоя к активной деятельности.

Музыкотерапия включает: слушание музыкальных произведений, пение песен, музыкально-ритмические движения под музыку, музыкальные паузы на занятиях, взаимодействие музыки и изобразительной деятельности, игру на детских музыкальных инструментах, музыкальные упражнения и др.

Рекомендация по применению музыкотерапии в коррекционной работе с детьми:

- 1) использовать для слушания можно только то произведение, которое нравится абсолютно всем детям;
- 2) желательно слушать музыкальные пьесы, которые знакомы детям;

3) 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:

1. В начале нужно изучить информацию об исполняемом произведении. Следует понимать его суть и текстуру. Заранее можно посмотреть текст исполняемого произведения.

2. 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.

3. Нужно правильно выбрать дозу. Так как лечение музыкой не должно быть утомительным, чтобы не вызвать усталости и возможных защитных реакций.

4. Громкость и сила музыки обязательно должна регулироваться. Небольшую громкость следует выбирать не только для успокаивающей, но также и для бодрящей. Очень большая громкость музыки утомляет и возбуждает нервную систему.

Рекомендуемые произведения для проведения музыкотерапии.

Музыка для пробуждения:

1. «Вальс цветов», «Зимнее утро» П. Чайковский
2. «Аквариум» К. Сен – Санс
3. «Романс» Д. Шостакович
4. «Утро». Э. Григ

Музыка для релаксации:

1. Колыбельные песни
2. «Мелодия» К. Глюк
3. «Лебедь» К. Сен – Санс
4. «Лунная соната» Л. Бетховен
5. «Романс» Г. Свиридов

Организующая музыка: (способствующая концентрации внимания)

1. «Марш» С. Прокофьев
2. «Ария» И.С. Бах
3. «Музыкальный момент» Ф. Шуберт
4. Альбом «Времена года»: «Весна», «Лето» Вивальди
- 5.

Подводя итог можно сказать, 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.

Используемая материалы:

1. Брусиловский Л. С. Музыкотерапия. Руководство по психотерапии. — М., 1985.
2. Овчинникова Т. Музыка для здоровья. - СПб.: Союз художников, 2004.

Благодарю за внимание!

Консультацию подготовил музыкальный руководитель ГБДОУ № 52

Волкова Мария Игоревна