Музыка – не только фактор облагораживающий,
воспитывающий, но и целитель здоровья.
В.М. Бехтерев

Что такое музыка? Каждый человек на этот вопрос ответит по-своему. Один  скажет, что это вид искусства, второй, что это - ноты и звуки, третий - мелодии и ритмы. И все будут правы.

Музыка – это вид искусства, в котором  художественные образы воплощаются через звуки.

Музыкотерапия - это, так сказать лечение ушами. Создавать ничего не нужно, только созидать.

Достоинствами музыкотерапии являются:

1.Абсолютная безвредность;
2. Легкость и простота применения;
3. Возможность контроля;

Музыкотерапия:

Воздействует на эмоциональную разрядку,

Регулирует эмоциональное состояние;

Облегчает осознание собственных переживаний;

Многие наслышаны о том, как классическая музыка успокаивает душу и сердце, помогает растениям цвести.

Легкие клавишные пассажи Моцарта кого-то могут раздражать, а кому-то раскаты грома Бетховена доставят ни с чем несравнимое наслаждение и принесут покой. Все индивидуально.
Сегодня в продаже имеется множество дисков и кассет с самыми разнообразными звуками природы. Есть даже варианты записей природных звуков в сочетании с классической, гитарной или мелодичной инструментальной музыкой. С помощью этих записей дома ежедневно можно проводить сеансы релаксации и восстановления сил .
Прекрасно расслабляет мягкий шум прибоя, несильный треск костра, журчание ручейка или шелест листвы.

 Сейчас мы с вами немного отдохнем, расслабимся и испытаем на себе одну из форм музыкотерапии. Я предлагаю вам прослушать музыкальную композицию и посмотреть на экран.

**РЕЛАКС**

Музыка в нашем детском саду сопровождает детей в течение всего дня. Слушая хорошую музыку в хорошем исполнении, дети испытывают состояние наслаждения, восхищения. У них формируются первоначальные ценностные ориентации - способность ценить красоту в жизни. Восприятие музыки способствует общему интеллектуальному и эмоциональному развитию.

Какие формы музыкотерапии можно использовать при работе с детьми.

**Пассивная музыкотерапия** - когда ребенок слушатель. То, чем мы с вами сейчас занимаелись. Для прослушивания предлагаются музыкальные произведения близкие психическому состоянию ребенка. Этот метод направлен на формирование положительного эмоционального состояния ребенка. Она оказывает благотворное воздействие на его психическое состояние.

**Активная музыкотерапия.**

1

Это вакалотерапия - повышение положительного эмоционального  состояния с помощью пения;

2

Инструментальная музыкотерапия-формирование оптимизма при помощи игры на музыкальных инструментах.

3

Сочетание пения и танца

4

Импровизация

А сейчас хотела бы показать вам упражнение активной музыкотерапии – называется оно «Снеговик» .Для этого нам нужно будет встать, руки поставить в стороны , надуть щеки, и представить себя снеговиком!

Когда заиграет музыка - значит выглянуло солнышко и снеговик начинает таять! Имитируем , импровизируем, как таят снеговик!

Процедуры музыкальной терапии полезна детей. Их нужно успокаивать или наоборот иногда подбадривать. Это можно сделать при помощи расслабляющей или энергичной музыки.
Ни в коем случае не надевайте на ребенка наушники. Наши уши приспособлены к рассеянному звуку по природе. Недоразвитый мозг может получить слуховую травму в результате прямого звука.

Теперь у родителей есть огромный выбор лекарств – они могут приобрести аудиодиски с классической музыкой в традиционном исполнении. Или диски с классической музыкой, записанной специально для детей. Такая музыка сопровождается звуком колокольчиков. Некоторым может понравиться такое сопровождение, некоторым – нет. Вы сами должны наблюдать за реакцией вашего ребенка.
Вы также можете приобрести аудиозаписи классической музыки на фоне звуков природы – шума прибоя, звука дождя, шума леса…
Слушайте музыку вместе со своим ребенком и расслабляйтесь, ведь матерям беспокойных, энергичных детей просто нужен отдых.

ЭТО ВАЖНО ЗНАТЬ

Музыкальная терапия противопоказана:
1. Детям с предрасположенностью к судорогам;
2. Детям, страдающим от отита;
3. Детям, у кого резко повышает внутричерепное давление.

Сейчас раздам вам небольшие памятки, так сказать МУЗЫКАЛЬНЫЕ РЕЦЕПТЫ! Которые помогут вам заниматься дома с вашими детьми. В них представлены музыкальные произведения, разно влияющие на наш организм!

**Хочеться поговорить и о Влияние рок-музыки на организм человека**

 Как известно, далеко не каждое музыкальное направление позитивно влияет на организм человека. Рассуждая об этой закономерности, можно взять в пример современную рок-музыку. Этот музыкальный стиль имеет свои отличительные черты или средства воздействия на психику:

1. Жесткий ритм

2. Монотонные повторения

3. Громкость, сверхчастоты

4. Светоэффект

Весь технический арсенал рока направлен на то, чтобы играть на человеческом организме, на его психике, как на музыкальном инструменте.

Возможные результаты воздействия рок - произведений на мозг человека:

1. Агрессивность.

2. Ярость.

3. Гнев.

4. Депрессия.

5. Страхи.

6. Состояние транса различной глубины.

7. Социальная отчуждённость.

Это, конечно, вовсе не значит, что человек, страстно любящий рок, обязательно обладает всеми этими качествами, просто у него гораздо большая к ним предрасположенность, и при соответствующем сочетании других факторов, он обязательно будет подвержен этому влиянию.

Обучая ребёнка музыке, родители ставят различные цели и задачи. Это зависит от их отношения к музыке и музыкальным профессиям. Основными задачами музыкального воспитания детей  в семье можно назвать:

1. Обогатить духовный мир ребёнка музыкальными впечатлениями.

2. Развивать музыкальные и творческие способности в процессе различных

видов деятельности (восприятие, исполнительство, творчество, музыкально – образовательная деятельность);

3. Способствовать общему развитию детей средствами музыки.

4. Если ребёнок музыкально одарён, то уже в дошкольном возрасте необходимо заложить основы для будущего профессионального обучения.

 Этому способствует

Посещение музыкальных кружков, студии, музыкальных школ, концертов, спектакли,

     Выбор музыкальных произведений, которые ребёнок слушает дома, зависит от музыкального вкуса и музыкального опыта семьи, её общекультурного уровня.   Музыкальное воспитание в домашних условиях проходит индивидуально. Ребёнок должен чувствовать себя защищённым, любимым, находиться в насыщенном положительными эмоциями окружении.

Музыка - это столь прекрасное, будоражащее, восхитительное, превосходное, изысканное и неоднозначное искусство.

СПИСОК МУЗЫКАЛЬНЫХ РЕЦЕПТОВ
Ученые, проведя многочисленные исследования и эксперименты, пришли к убеждению: многие мелодии действительно обладают сильным терапевтическим эффектом:
От неврозов и раздражительности избавляет бодрящая музыка Чайковского, Пахмутовой, Таривердиева.
Помогает снять стресс, сконцентрироваться, идеально подходит для уединенных занятий и медитации романтическая, создающая ощущение свободного пространства, музыка Шуберта, Шумана, Чайковского, Листа.
Язва желудка исчезает при прослушивании "Вальса цветов".
Для профилактики утомляемости необходимо слушать "Утро" Грига, "Рассвет над Москвой-рекой" (фрагмент из оперы "Хованщина") Мусоргского, романс "Вечерний звон", мотив песни "Русское поле", "Времена года" Чайковского.
Поднимают настроение, избавляют от депрессий, разряжают накал чувств джаз, блюз, диксиленд, соул, калипсо и регги, берущие свое начало от темпераментной африканской музыки.
Творческий импульс стимулируют "Марш" из кинофильма "Цирк" Дунаевского, "Болеро" Равеля, "Танец с саблями" Хачатуряна.
Полное расслабление вы сможете получить от "Вальса" Шостаковича из кинофильма "Овод", оркестра Пурселя, произведения "Мужчина и женщина" Лея, романса из музыкальных иллюстраций к повести Пушкина "Метель" Свиридова.
Кровяное давление и сердечную деятельность нормализует "Свадебный марш" Мендельсона.
От гастрита излечивает "Соната N7" Бетховена.
В качестве лекарства от мигрени японские врачи предлагают "Весеннюю песню" Мендельсона, "Юморески" Дворжака, а также изрядную дозу Джорджа Гершвина ("Американец в Париже").
Головную боль снимает также прослушивание знаменитого полонеза Огиньского.
Нормализует сон и работу мозга сюита "Пер Гюнт" Грига.
Развитию умственных способностей у детей способствует музыка Моцарта.
От алкоголизма и курения в совокупности с гипнозом и иглоукалыванием "Аве Мария" Шуберта, "Лунная соната" Бетховена, "Лебедь" Сен-Санса, "Метель" Свиридова.

«Снеговик»

Психогимнастика. (направленные на расслабление, снятие напряжения)

Родитель и ребенок превращаются в снеговиков: встают, разводят руки в стороны, надувают щеки и течении 10 секунд удерживают заданную позу.

Взрослый говорит: «А теперь выглянуло солнышко, его жаркие лучи коснулись снеговика, и он начал таять». Играющие постепенно расслабляются, опускают руки, приседают на корточки и ложатся на пол. (Шопен Вальс «Зимняя сказка») .