**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Колобок» х. Денисов (МБДОУ д/с «Колобок» х. Денисов)**

# Выступление музыкального руководителя на родительском собрании

## Тема: «Музыкотерапия для психологического и физического развития детей».

## Конспект докладов.

**Подготовила**
**Музыкальный руководитель**
**Манвелян А. Р.**

**Цикл родительских собраний «Музыкотерапия для психологического и физического развития детей».**

**Конспект.**

Выбирая пути гармоничного развития своего ребёнка, многие семьи всё чаще обращают внимание на различные методы психологической поддержки и укрепления здоровья. Одним из наиболее эффективных способов поддержания эмоционального равновесия и физического благополучия являются занятия музыкой. Рассмотрим подробнее, почему именно музыкотерапия играет ключевую роль в развитии ребенка:

1. Улучшение эмоционального состояния. Дети дошкольного возраста активно познают мир эмоций. Через музыку ребёнок учится узнавать и различать чувства радости, грусти, удивления, страха. Специально подобранные мелодии позволяют детям легче справляться с негативными переживаниями, успокаиваться, чувствовать себя защищёнными и любимыми.

2. Активизация познавательных процессов. Развитие слуха, памяти, внимания и воображения начинается ещё в раннем детстве. Занимаясь музыкой, ребенок расширяет кругозор, запоминает больше новой информации, быстрее осваивает речь, приобретает навыки концентрации внимания.

3. Развитие физических возможностей. Игры с музыкальным сопровождением улучшают координацию движений, формируют правильную осанку, развивают крупную и мелкую моторику. Регулярное прослушивание музыки также благоприятно влияет на сердечно-сосудистую систему, дыхание и общий тонус организма.

4. Укрепление социальных связей. Коллективное музицирование учит ребят дружбе, сотрудничеству, взаимопомощи. Совместные занятия музыкой формируют чувство принадлежности к группе сверстников, повышают самооценку, учат уважению чужих мнений и желаний.

Таким образом, включение музыкального сопровождения в повседневную жизнь детей станет надёжным помощником в воспитании здорового, уверенного в себе и счастливого ребенка!

Основная цель организации и проведения цикла родительских собраний, посвященных значимости музыкотерапии в психологическом и физическом развитей детей – повышение осведомленности родителей о важности музыки в развитии ребенка, её влиянии на эмоциональное состояние, когнитивные способности и физическое здоровье дошкольников.

Задачи:

- повышение уровня информированности о положительном воздействии музыки на развитие ребенка;

- обучение практическим методикам музыкального воспитания и музыкально-терапевтической помощи дома;

- разъяснение роли музыки в профилактике стресса и тревожности у детей.

**План:**

Собрание №1. Тема: «Значение музыкального воспитания ребёнка в семье»

Собрание №2. Тема «Роль музыки в жизни ребенка и его родителей»

Собрание №3. Тема: «Мастер-класс для родителей «Музыкотерапия, как вид арт-терапии в коммуникации родителей и ребёнка»»

Собрание №4. Тема: ««Мастер-класс для родителей о возможности музыкотерапии для развития психического здоровья ребёнка»».

**Собрание №1. Выступление музыкального руководителя на родительском собрании по теме «Значение музыкального воспитания ребенка в семье».**

**План выступления:**

1.Что такое музыкальное воспитание, музыкальное развитие, музыкальность.

2.Задачи музыкального воспитания.

3.Как вы, родители, можете повлиять на развитие музыкальных способностей ваших детей.

4.Рекомендации для родителей.

**Цель -** повышение уровня понимания роли музыки в процессе всестороннего развития ребёнка, мотивацию родителей поддерживать активное участие в музыкальной жизни своего дома и воспитание культурного наследия внутри семьи.

**Задачи:**

1). Образовательная задача

Ознакомление родителей с ролью музыки в формировании эмоционально-чувственной сферы ребёнка, воспитании эстетического вкуса и творческой активности.

2). Воспитательная задача

Формирование позитивного отношения родителей к музыке как средству развития гармоничной личности ребёнка, укрепление традиций семейного музицирования и совместного творчества.

3). Практическая задача

Предоставление рекомендаций по музыкальному сопровождению повседневной жизни семьи: слушание классической и народной музыки, совместные музыкальные игры, развитие интереса к различным видам искусства.

4). Психологическая задача

Осознание родителями значимости общения посредством музыкальных произведений для укрепления эмоциональных связей между членами семьи, снятие напряжения и создание атмосферы тепла и гармонии.

5). Социальная задача

Повышение осведомленности семей о важности взаимодействия ребёнка с музыкой, способствование интеграции семейных ценностей в общественную жизнь общества, формирование культурно-нравственных ориентиров подрастающего поколения.

**Основная часть.**

Что такое музыкальное воспитание, музыкальное развитие, музыкальность.

Уважаемые родители! Мы хотим познакомить вас с работой по музыкальному воспитанию, которая проводится у нас в детском саду, чтобы помочь вам научиться влиять на развитие музыкальных способностей ваших детей.

*Так что же такое музыкальное воспитание и музыкальное развитие?*

Музыкальное воспитание - это целенаправленное формирование личности ребенка путем воздействия музыкального искусства - формирование интересов, потребностей, эстетического отношения к личности.

Музыкальное развитие - это результат формирования ребенка в процессе активной музыкальной деятельности. При развитии музыкальности психологи советуют учитывать особенности возраста детей.

Возрастные особенности детей 3-4 лет. Четвертый год жизни характеризуется активной любознательностью детей. Это период вопросов «почему?» и «отчего?». Ребенок наблюдателен, способен определить:

- музыка - веселая, радостная, спокойная;
- звуки - низкие, громкие, тихие;
- инструмент, на котором играют мелодию (рояль, скрипка, баян).

Ребенку понятны требования: как надо спеть песню, как двигаться в спокойном хороводе и как в подвижной пляске. Голос в этом возрасте приобретает звонкость, подвижность. Налаживается вокально-слуховая координация.

*Что такое музыкальность?*

Уважаемые родители! Ваш ребенок от природы музыкален. Так что же такое музыкальность?

Это комплекс способностей, позволяющий человеку активно проявлять себя в различных видах музыкальной деятельности: слушании музыки, пении, движении, музыкальном творчестве.

Эти, как их принято называть, специальные или основные способности включают в себя: звуковысотный слух, ладовое чувство и чувство ритма. Именно наличие их у каждого наполняет слышимую человеком музыку новым содержанием, именно они позволяют подняться на вершины более глубокого познания тайн музыкального искусства.

Однако главное, по мнению ученых, заключается в том, что эти способности не столько проявляют себя в музыкальной деятельности, сколько сами создаются в процессе ее. Такая уж интересная и обязательная наблюдается закономерность. Поэтому и относят педагоги умение понимать музыку, умение выразительно петь и двигаться, заниматься музыкальным творчеством также к понятию «музыкальность». Итак, постарайтесь запомнить главное:

Чем активнее общение вашего ребенка с музыкой, тем более музыкальным он становится, чем более музыкальным становится, тем радостнее и желаннее новые встречи с ней. Ну, а если вам не приходилось никогда раньше читать специальной литературы и разбираться в музыкальной терминологии, не пугайтесь таких слов, как «чувство лада», «звуковысотный слух». Понять их содержание будет значительно легче, если немножко больше узнать о том, что собой представляют самые обычные,

окружающие нас постоянно звуки, у которых, оказывается, имеются свои тайны и загадки.

Приобщая наших маленьких слушателей к истокам музыкальной культуры, мы знакомим детей с русскими танцами, музыкальными инструментами. Дети с удовольствием играют на ложках, на металлофоне, маракасах. Все это Вы, дорогие родители, видели на утренниках, где Ваши ребята и поют, и танцуют, и играют на различных инструментах.

Задача взрослых - поддерживать этот интерес детей к музыке. Кроме музыкальных занятий, которые проводятся 2 раза в неделю, в группе воспитатели продолжают участвовать в музыкальном развитии детей. У нас есть специальный «музыкальный центр», в котором содержится все необходимое: игры, музыкальные инструменты, костюмы.

Дети в свободной деятельности используют их в своих играх, поют, танцуют, т.е. реализовывают свои творческие способности и возможности.

Как вы, родители, можете повлиять на развитие музыкальных способностей ваших детей?

- Беседуйте с детьми о впечатлениях, полученных на занятиях по музыке.

- Поддерживайте интерес к музыке.

- Посещайте с детьми театры, балеты, концерты.

-Дома вы можете собрать домашнюю фонотеку

- Участвуйте в мероприятиях дошкольного учреждения по проблемам музыкального развития.

- Играйте в музыкальные игры. Например: «Пропой свое имя», «Какой инструмент звучит?», «Кто на каком инструменте играет?»

Все это поможет воспитать ваших ребят творческими личностями.

**Рекомендации для родителей.**

- Постарайтесь наполнить жизнь детей высокохудожественной музыкой.

- Беседуйте с детьми о впечатлениях, полученных на музыкальных занятиях.

- Поддерживайте интерес к музыке и музыкальной деятельности в ДОУ и в семье.

- Устраивайте совместные походы с детьми в театр, на концерты.

- Создавайте дома детям условия для элементарного музицирования.

- Создайте домашнюю фонотеку грамзаписей классической и народной музыки.

- Обсуждайте с ребенком после прослушивания музыкальные произведения.

- Участвуйте в мероприятиях дошкольного учреждения по проблемам музыкального развития ребенка.

- Играйте с детьми в музыкальные игры и пойте песенки с ними каждый день.

**Собрание №2. Выступление музыкального руководителя на родительском собрании по теме «Роль музыки в жизни ребенка и его родителей».**

**Цель** – повышение педагогической компетентности родителей в вопросах влияния музыки на психическое, интеллектуальное и творческое развитие ребенка, а также установление взаимосвязей между ребенком и родителем через совместное восприятие и создание музыкальных образов.

**Задачи:**

1). Информативная задача:

Обеспечить понимание значения музыки в раннем детстве и школьном возрасте, рассказать о влиянии различных жанров и стилей музыки на эмоциональное состояние и познавательные способности ребенка.

2). Развитие творческого потенциала:

Показать возможности использования музыки в домашних условиях для стимулирования творческих способностей ребенка, научить создавать семейные музыкальные проекты и ритуалы.

3). Эмоциональная связь:

Развитие умения устанавливать доверительные связи между детьми и взрослыми путем совместного восприятия музыкальных произведений и обсуждения чувств, вызванных ими.

4). Формирование ценностных ориентаций:

Прививать детям любовь к классическим произведениям русской и мировой культуры, формировать представление о культурном наследии своей страны и человечества в целом.

5). Предупреждение негативных факторов:

Информировать родителей о возможных отрицательных последствиях неконтролируемого прослушивания агрессивной и громкой музыки, предупредить риски ухудшения слуха и нарушения нервной системы ребенка.

6). Поддержка образовательного процесса:

Раскрыть значимость музыкального сопровождения занятий и игр для улучшения концентрации внимания, памяти и воображения, повышения эффективности учебного процесса.

7). Организация досуга:

Способствовать расширению репертуара совместных досуговых мероприятий семьи, включая посещение концертов, театров, просмотр тематических фильмов и телепередач.

8). Обучение самостоятельному развитию музыкальных предпочтений:

Помогать ребенку самостоятельно выбирать музыку для прослушивания, развивать умение анализировать услышанное и выражать свое мнение о музыкальных композициях.

**Основная часть.**

Здравствуйте уважаемые родители!

Сегодня я хотела бы поговорить с вами о роли музыки в жизни вашего ребенка и в вашей жизни.

Ведь музыкальная деятельность - одна из центральных составляющих эстетического воспитания - играет особую роль во всестороннем развитии дошкольника, которая определяется спецификой музыки, как вида искусства, с одной стороны, и спецификой детского возраста - с другой

Успешное решение перечисленных задач зависит от содержания музыкального воспитания, прежде всего от значимости используемого репертуара, методов и приемов обучения, форм организации музыкальной деятельности.

В детском саду проводятся 2 музыкальных занятия в неделю - в старшей группе оно длится 25 минут (от 10 до 30 минут).

Занятия проводит музыкальный руководитель со специальным образованием. На занятиях дети учатся петь, обучаются движениям под

музыку, танцуют, играют в музыкальные игры, учатся играть на детских музыкальных инструментах, учатся слушать и понимать музыку.

Музыка влияет на всестороннее развитие ребенка.

Слушание музыки расширяет кругозор детей, обогащает чувства ребенка, помогает развивать внимание, фантазию.

Большое влияние музыка оказывает на физическое развитие, она способствует воспитанию здорового, жизнерадостного ребенка. Выполняя упражнения на зарядке, на физкультурном занятии, дети заметно подтягиваются. Услышав первый аккорд марша, сразу же сосредотачивают свое внимание, выпрямляются и идут в ритме марша. Движения становятся более координированными, правильными, точными. У детей вырабатывается правильная осанка.

Музыка помогает и умственному развитию детей. Тесная связь музыки с тем, что окружает нас, заставляет ребенка сравнивать, вспоминать прошлые впечатления. Видя на улице птиц, зверей на картинках, дети вспоминают знакомые песни: «Петушок», «Зима прошла», «Заинька» и др.

Пение знакомых песен помогает развивать детский голос, укрепить его и исправить недостатки речи.

Музыка способствует сплочению детского коллектива, воспитывает у детей общие интересы. Она так же способствует формированию личности каждого ребенка.

*Чем же вы, уважаемые родители, можете помочь нам?*

Когда ребенок приходит из детского сада, вы можете спросить его, чем он занимался в детском саду, что делал на музыкальном занятии, какие новые песни он выучил. Попросите, что бы ребенок спел вам одну, две знакомые ему песни.

Когда дети приходят в гости друг к другу, поощряйте исполнение ими стихов, песен, плясок

Хочется так же дать ряд рекомендаций по бережному отношению к детскому голосу:

1) Не разрешайте детям петь на улице в сырую и холодную погоду.

2) В детском саду мы учим детей говорить спокойным тоном, без крика – это важно для предохранения их голосовых связок от перенапряжения. Кроме того, это требование культурного поведения.

3) Не следует поощрять пение детьми взрослых песен, особенно эстрадных, т.к. они не подходят для детского голоса и обычно не могут быть правильно поняты детьми.

Для развития слуха и голоса ребенка ему полезно больше рассказывать стихи вслух, при этом стараться говорить звонко, ясным высоким голосом, а не низким, глухим. Хорошо, если дома ребенок поет попевки, потешки, народные мелодии, очень простые, состоящие из 2-3 звуков.

Так же необходима охрана детского слуха. Просим вас следить, что бы в жизни детей было достаточно тишины. Не следует включать радио надолго или слишком громко – это отрицательно влияет на нервную систему ребенка, притупляет слух. Использовать радио и телевидение нужно очень разумно, не перегружая ребенка. Пусть лучше ребенок послушает и посмотрит меньше передач, но зато поймет и запомнит их. Передачи и музыка должны быть доступны ребенку по содержанию.

У каждого в семье наверно имеется книжная библиотека для ребенка. Это очень хорошо. И было бы неплохо, если бы вы создали небольшую фонотеку записей доступных детям произведений, детских песен. Дети могут слушать не только песни их мультфильмов, но так же произведения классических композиторов, как Римский – Корсаков: «Пляски и песни птиц» из оперы «Снегурочка», где можно услышать щебетание птиц, кукование кукушки; Чайковского: «Песня жаворонка», «Болезнь куклы»; Глинки: «Марш Черномора» из оперы «Руслан и Людмила»; Лядова «Музыкальная табакерка»; некоторые пьесы Грига, Шумана, Кабалевского, Прокофьева, Шостаковича. Очень хорошо иметь дома такие сборники музыки как « Музыка о природе», «Музыкальные картинки», «Развивающая музыка для малышей» из серии «Классическая музыка для малышей».

Так же записи народных песен и музыки, доступных для понимания детей. Этот репертуар и будет основой формирования хорошего музыкального вкуса. Эстрадные песни можно включать лишь после строгого и вдумчивого отбора, так как многие эстрадные записи звучат слишком громко, возбужденно и не всегда отвечают строгим требованиям для прослушивания детьми.

Дмитрий Борисович Кабалевский, замечательный композитор и музыкальный воспитатель детей и юношества, много раз в своих выступлениях подчеркивал необходимость «приобщать детей к серьезной, классической музыке. Не может быть развитого человека, который любил бы только «легкую» литературу – фельетоны, басни, повести. К большим, серьезным мыслям и чувствам приобщают нас Чехов, Толстой, Горький. То же мы скажем и о произведениях Глинки, Чайковского, Бетховена, Грига, всех выдающихся музыкантов прошлого и современности».

Может быть, в свое время не всем из вас удалось приобщиться к музыкальному искусству. Хорошо, если бы вы сейчас не упустили эту возможность, слушая вместе с детьми наиболее легкие для восприятия произведения классической музыки, восполнить свои знания, умножить свои впечатления от музыки. К тому же новое время принесло и новые произведения, в том числе произведения для детей.

Хочется подчеркнуть, что совместное слушание музыки способствует сближению детей и родителей, появлению общих интересов. А у детей потребность такого досуга, способствующего их духовному развитию, надо всячески поощрять. Хорошо послушать музыку также тогда, когда в вашем доме собираются друзья вашего ребенка.

В музыкальной деятельности мы формируем у детей навыки, умения, учим быть эмоциональными, относится с уважением друг к другу, воспитываем у них усидчивость, желание выступать публично и многое другое.

**Собрание №3. Выступление музыкального руководителя на родительском собрании по теме «Мастер-класс для родителей «Музыкотерапия, как вид арт-терапии в коммуникации родителей и ребёнка»».**

**Цель –** познакомить родителей с возможностями музыкотерапии, как эффективного инструмента арт-терапевтической практики в коммуникациях между родителями и детьми, способствующего улучшению взаимопонимания, эмоциональному развитию ребенка и укреплению детско-родительских отношений.

**Задачи:**

- Повышение уровня осведомленности о влиянии музыки на развитие и поведение ребенка.
- Получение практических рекомендаций по использованию музыкальных произведений дома.
- Улучшение коммуникативных навыков взаимодействия родителя и ребенка посредством совместного творчества.
- Овладение методами гармонизации семейных взаимоотношений средствами музыки.
- Понимание важности регулярного включения музыкального компонента в повседневную жизнь семьи.
- Повышение мотивации к совместному творчеству и созданию благоприятной атмосферы в семье.

**Контингент участников:** родители

**Продолжительность мероприятия:** 20 минут

**Перечень необходимого оборудования:** музыкальный центр, музыкальный материал на USB – флеш накопителе, памятки для родителей.

**Краткое содержание предварительной подготовки к мероприятию:** поиск материала по выбранной теме, подбор музыкального репертуара.

**Конспект мероприятия**

**Музыкальный руководитель:** Здравствуйте, уважаемые родители. Сегодня мы проведем с вами необычное мероприятие. Это **мастер – класс на тему**: «**Музыкотерапия, как вид арт-терапии в коммуникации родителей и ребенка».**

Жизнь ставит перед нами много новых проблем, среди которых самой актуальной на сегодняшний день является проблема сохранения здоровья наших детей, воспитание привычки к здоровому образу жизни. Одним из приоритетных направлений нового этапа реформирования системы образования также стало сбережение и укрепление здоровья детей, выбор образовательных технологий, соответствующих возрасту, устраняющих перегрузки и сохраняющих здоровье воспитанников.

Вырастить здорового ребёнка – это самая главная задача родителей и сотрудников детского сада. Для эффективного решения данной задачи в детских садах используются здоровьесберегающие технологии. Одной из главных задач нашего дошкольного учреждения является – создание условий, гарантирующих формирование и укрепление здоровья воспитанников. Воспитание уважительного отношения к здоровью необходимо начинать с раннего детства. По мнению специалистов, 75% всех болезней человека заложено в детские годы. И педагог может сделать для здоровья воспитанника не меньше, чем врач. Все это требует внедрения здоровьесберегающих технологий во все образовательные области и интеграцию оздоровительной работы с музыкально-образовательной.

Использование музыки в целях коммуникации и укрепления здоровья называется музыкотерапия. Терапия – в переводе с греческого «лечение».

**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 соматических и психосоматических заболеваний.

Музыкотерапия – это метод, использующий музыку в качестве лечебного средства, основанный на целительном воздействии музыки на физическое и психическое состояние человека.

Трудно переоценить влияние музыки на человека. Она способна изменить душевное и физическое состояние человека. Это живой неисчерпанный источник вдохновения. Музыка может предоставить удовольствие, но также одновременно может вызвать сильное душевное переживание, пробудить к размышлению, открыть неизвестный мир фантазий.

Организм человека, слушающего музыку, как бы подстраивается под нее. В результате поднимается настроение, работоспособность, снижается болевая чувствительность, нормализуется сон, восстанавливается стабильная частота сердцебиения и дыхания. Мелодии, доставляющие человеку радость, благотворно влияют на организм: замедляют пульс, увеличивают силу сердечных сокращений, способствуют расширению сосудов, нормализуют артериальное давление, стимулируют пищеварение, улучшают аппетит, облегчает установление контакта между людьми, повышают тонус коры головного мозга, улучшает обмен веществ, стимулируют дыхание и кровообращение, усиливают внимание.

Кстати, музыка благотворно действует не только на человека, но и на животных и даже на растения.

Самый большой эффект от музыки – профилактика и лечение нервно - психических заболеваний.

Отдельные элементы музыки имеют прямое влияние на различные системы человеческого организма.

Ритм. Если звучание ритма музыки реже ритма пульса - то мелодия будет оказывать релаксационный эффект на организм, мягкие ритмы успокаивают, а если они чаще пульса, возникает возбуждающий эффект, при этом быстрые пульсирующие ритмы могут вызывать отрицательные эмоции.

Наша задача – помочь ребёнку научиться осознанно относиться к своему здоровью; развивать умение устанавливать связь между совершаемым

действием и состоянием организма, самочувствием; дать представления о составляющих здорового образа жизни, в том числе и о влиянии музыки на здоровье человека.

Восприятие музыки не требует предварительной подготовки и доступно детям самого раннего возраста.

Для детей с различным темпераментом, соответственно, и музыка подбирается разная. Мелодии со спокойным ритмом должны слушать беспокойные дети. Согласно мнению медиков, таким детям подойдут произведений Шуберта, Моцарта, Гайдна, а также рождественские церковные песнопения.

А заторможенным детям с плохим аппетитом, испытывающим проблемы с дыханием, необходимо слушать музыку в темпе «аллегро», вальсы из балетов Чайковского, произведения Вивальди, маршевые композиции. Неоднократно отмечалось, что значительно сильнее влияют на ребенка мелодии со словами.

Успокаивающее, уравновешивающее действие на нервную систему оказывают: «Времена года» Чайковского, «Лунная соната» Бетховена, фонограмма пения птиц.

Музыкальная среда нашего общества заполнена эстрадно-развлекательной музыкой, поэтому важно поддерживать интерес детей к классической и народной музыке.

## Музыкотерапия дома в течение дня.

***Музыкотерапия утром.***

Утро можно начать под музыку Моцарта, потому что «Моцарт оказывает воздействие, сила которого не сравнима с другими. Будучи исключением из исключений, он оказывает высвобождающее, лечебное, целительное воздействие. Сила его превосходит все, что мы можем видеть у его предшественников, современников и последователей». Эта музыка располагает к тесному контакту между взрослым и ребенком, создает

атмосферу уюта, тепла, любви и обеспечивает психологическое благополучие.

Утром рекомендуется включать солнечную, мажорную классическую музыку, добрые песни с хорошим текстом.

Вариантами музыки для утреннего слушания могут быть и следующие произведения:

- Произведения В. А. Моцарта
- «Утро» (музыка Грига из сюиты «Пер Гюнт»).
- Музыкальные композиции (оркестр Поля Мориа)
- Обработки для русского народного оркестра («Барыня», «Камаринская», «Калинка»)
- Сен-Санс «Карнавал животных» (симфонический оркестр)

**Музыкотерапия перед дневным сном.**

Для расслабления, снятия эмоционального и физического напряжения, для приятного погружения в дневной сон необходимо использовать мелодичную классическую и современную релаксирующую музыку, наполненную звуками природы (шелест листьев, голоса птиц, стрекотание насекомых, шум морских волн и крик дельфинов, журчание ручейка) Например, П. И. Чайковский «Времена года» Бетховен, соната 14 «Лунная»

Дети на подсознательном уровне успокаиваются, расслабляются;

Перед дневным сном можно включить детям тихую, спокойную музыку. Известно, что сон рассматривается как проявление сложноорганизованной деятельности ряда мозговых структур. Отсюда его важнейшая роль в обеспечении нервно-психического здоровья детей Музыка во время сна оказывает оздоровляющее терапевтическое воздействие. Дневной сон может сопровождаться следующими музыкальными произведениями:

- «Времена года» П. И. Чайковского.
- Бетховен, соната № 14 «Лунная».
- Бах – Гуно «Аве Мария».

Как музыка влияет на сон ребёнка.

Музыка перед сном способна вызывать у детей положительные эмоции. Влияние музыкотерапии на человека доказано давно, но укладывая своего малыша спать, мы даже не догадываемся, насколько полезна музыка для сна детям. Они будут засыпать и просыпаться в хорошем настроении, что станет отличной мотивацией для контакта с другими людьми и выполнения каких-то поставленных перед ним задач. В зависимости от выбранной композиции может развиваться эмоциональный фон малыша, его психика и даже музыкальный вкус.

Классическая музыка для детей перед сном поможет быстро и спокойно уснуть. Это важно для их эмоционального развития. Кроме того, спокойные и мелодичные произведения избавят от стресса и помогут ребенку расслабиться.

• Прослушивание разных мелодий помогает умственному развитию детей. Регулярная музыкотерапия полезна для быстрого усвоения полученной информации. Музыка перед сном ускорит развитие речи, а в будущем малыш будет легче изучать точные науки.

• Спокойные мелодии помогают в концентрации внимания.

• Классика действует на детей как успокоительное. Если превратить музыкотерапию перед сном в ежедневный ритуал, вскоре малыш будет ассоциировать выбранные композиции именно с этим. Он начнет быстрее погружаться в глубокий сон, а укладывать малыша станет на много проще.

• Эстетическое развитие. Многие дети, которые с раннего возраста слушают различные произведения, в период взросления больше тянутся к творческим профессиям. Это не значит, что эти дети станут музыкантами-виртуозами, но найти цель в жизни будет на много проще. Кроме того, развивается чувство стиля, музыкальный вкус и ощущение прекрасного.

**Музыкотерапия для вечернего времени.**

Музыка для вечернего времени способствует снятию накопившейся усталости, стрессовых ситуаций за день. Она успокаивает, расслабляет,

нормализует кровяное давление и работу нервной системы детского организма. Для этого можно использовать следующие мелодии:

- Мендельсон «Концерт для скрипки с оркестром».
- Бах «Органные произведение».
- Вивальди «Времена года».
- «Голоса природы».

**Музыкальный руководитель:__**Уважаемые родители, сейчас я вам предоставлю несколько фрагментов музыкальных произведений. А вы постарайтесь ответить для какого режимного времени эта музыка подходит:

• для прослушивания в утренние часы и их свободной деятельности,
• для музыки перед дневным сном,
• для музыки после дневного сна,
• для музыки для вечернего времени и релаксации.

**Репертуар:**

Музыка для прослушивания в утренние часы и их свободной деятельности:

- «Серенада» Моцарта
- «Весёлые путешественники»
- Полька «Трик-трак» Штрауса

Музыка перед дневным сном:

- «Осенняя песня» Чайковского
- «Лунная соната Бетховен
- Бах «Аве Мария»

Музыка для пробуждения после дневного сна.

- Соната № 6 (Радость) Моцарт
- Рассвет на Москва реке увертюра к опере «Хованщина»
- «Утро» Э. Григ из сюиты Пер Гюнт

Музыка для вечернего времени и релаксации

- Мелодия Глюк из оперы Орфей и Эвридика
- Голоса природы
- Органные произведении Баха

**Результативность мастер - класса для родителей:**

- повышение мотивированного, осознанного отношения к занятиям музыкой с детьми, как одному из средств коммуникации, положительно влияющих на здоровье ребенка;
- повышение совместной поисково-творческой активности детей и родителей;
- повышение музыкальной культуры;
- мотивация на эмоционально-личностное и эстетическое развитие ребенка в условиях семейного воспитания;
- повышение статуса семейного воспитания.
- Мастер-класс завершается релаксационным упражнением для родителей «Голоса природы»

# Музыкальная аптека

**Если у вас депрессивное состояние,** то вам обязательно следует слушать музыку.

Начните с задумчивых и грустных, а затем включите радостную и веселую мелодию. Можно попробовать Шуберта «Ave Maria», Чайковского «Осенняя песня».

**Для того чтобы расслабиться,** попробуйте послушать несколько игривых мелодий, а после смените их медленными и успокаивающими. Здесь подойдут произведения Чайковского «Баркарола», «Сентиментальный вальс», Шостаковича «Романс из кинофильма «Овод», Дебюсси «Лунный вечер», Леннона «Yesterday».

**Тонизирующая музыка:**

Монти «Чардаш», Огинский «Полонез», Легран «Шербурские зонтики».

Кстати, универсальная музыка, которую чаще всего «прописывают» больным, — это произведения Моцарта.

И запомните еще одно: музыкальная программа не должна затягиваться более чем на15–20 минут, и лучше, если это будут мелодии без слов.

# Музыка лечит

**Музыка оказывает непосредственное влияние на здоровье. Ученые даже создали в официальной медицине целое направление- музыкотерапию.**

**Медики советуют:**

**-скрипичная и фортепианная музыка- для тех у кого не в порядке нервы.**

**-арфа незаменима в кардиологии.**

**-виолончель помогает людям с больными почками.**

**-гобой и кларнет придут на помощь печени.**

**-флейта запросто справится с бессонницей, а также поможет расслабиться.**

**-саксофон восстанавливает потенцию.**

**Психологи заметили, что, прослушав произведения Гайдна и Моцарта, большинство людей ощущают прилив бодрости. Моцарт же вообще многопрофилен. Его музыке приписывается снятие головной боли, усталости. Депрессии, избавление от простуды. Этот феномен, до конца ещё не объяснённый, так назвали - «эффект Моцарта».**

**Композиторы-романтики, такие как Шопен, Шуберт, Лист, Чайковский, хороши для снятия стресса. Причём неважно, слушаете ли вы музыку или исполняете её сами. Интересен ещё и тот факт, что в последнее время стала подтверждаться теория о потрясающем влиянии вокального пения на организм. Во время исполнения песни происходит как бы мягкий массаж горла, лёгких, бронхов, диафрагмы, что, безусловно тренирует и укрепляет, а звук, поглощаемый другими внутренними органами, стимулирует их работу. Поэтому неудивительно, что среди оперных певцов так часто Встречаются долгожители.**

*Музыка очень важна для жизни человека. Психологи говорят, что музыка помогает пережить горе, грусть, депрессию. Музыка приносит радость, помогает настроиться на другую волну, более возвышенную и духовную. Раньше, детей в семьях дворянства обязательно учили музыке, не все из них хорошо играли на музыкальных инструментах, но, получив хорошее музыкальное воспитание – разбирались в музыке и умели ее понимать и ценить. Родители, отвечающие за духовное развитие своего ребенка, должны учить его понимать музыку. Это может происходить через обучение ребенка музыке на различных музыкальных инструментах, а может быть и через понимание музыки. Если родители хотят вырастить культурного человека, то ребенка обязательно надо приобщать к миру музыки.*

## *Советы родителям по музыкальному воспитанию ребенка:*

♫ *Выполняйте с ребенком различные физические упражнения под веселую, ритмичную музыку. Музыка создаст необходимый энергичный фон для ребенка, поможет почувствовать ритм.*

♫ *Включайте спокойную, плавную музыку, без слов во время выполнения ребенком рисования, лепки и еще, когда ребенок учится писать. Психологи установили, что когда в первом классе учителя включали классическую музыку, в то время, когда дети учились писать, то движения детей становились более плавными и они лучше сосредоточивались на выполнении заданий.*

♫ *Включайте музыку и почаще танцуйте с ребенком. Это замечательно для воспитания. Ребенок научится танцевать, хорошо двигаться под музыку, чувствовать ритм каждой мелодии, кроме того, ребенок посредством танца общается с родителями без слов, что важно для наилучшего взаимопонимания.*

♫ *Если ребенок гиперактивный – ему надо почаще ставить слушать спокойную музыку.*

♫ *Веселые, энергичные мелодии помогают детям справиться с чувством страха.*

# Влияние музыки на психику ребёнка

**Как правило, дети испытывают большую потребность в музыкальных игрушках. С помощью игрушечных музыкальных инструментов музыка проникает в быт семьи.**

**Как пользоваться такими музыкальными игрушками? Взрослый исполняет знакомые для детей музыкальные произведения, а дети слушают.**

**Постарайтесь выбирать мелодии, где нет больших интервалов, скачков. Играйте в медленном темпе, чтобы ребёнок мог проследить за вашим исполнением. Затем ребёнок может присоединиться к вам и только потом- попытаться исполнить мелодию самостоятельно.**

**Дошкольники очень хорошо чувствуют эмоциональную выразительность музыки, наслаждаются ею, понимают красоту звуков.**

**Поэтому необходимо способствовать развитию музыкальных способностей ребёнка ( музыкальная память, чувство ритма и т.п.) не только на музыкальных занятиях, но и с помощью домашнего музицирования, которая сближает всех членов семьи и доставляет общую радость.**

**Рекомендуемые музыкальные инструменты:**
**Металлофон, детское пианино, колокольчики, триолы, дудочки ( для развития звуковысотного слуха), различные шумовые инструменты: бубен, барабан, деревянные ложки и др. (для развития чувства ритма)**

**Собрание №4. Выступление музыкального руководителя на родительском собрании по теме ««Мастер-класс для родителей о возможности музыкотерапии для развития психического здоровья ребёнка»».**

**Цель** – ознакомление родителей с возможностями музыкотерапии как действенного метода поддержки и укрепления психического здоровья детей. Родители смогут освоить практические приемы использования музыки в повседневной жизни для позитивного влияния на эмоции, внимание, самооценку и общее самочувствие ребенка.

**Задачи:**

1). Ознакомительная задача

- Предоставить родителям информацию о механизмах воздействия музыки на эмоциональное состояние и нервную систему ребенка.

- Объяснить преимущества регулярной музыкальной активности для общего самочувствия и поведения ребенка.

2). Практическая задача

- Показать конкретные техники и упражнения музыкотерапии, доступные каждому родителю.

- Дать возможность практиковаться самим родителям, создавая ситуации активного участия и погружения в музыку.

3). Психологическая задача

- Способствовать формированию положительного отношения родителей к музыке как средству профилактики стресса и укрепления эмоционального благополучия ребенка.

- Пояснить важность индивидуального подхода к выбору музыкальных направлений и жанров исходя из особенностей характера и предпочтений каждого ребенка.

4). Образовательная задача

- Привлечь внимание родителей к новым научным данным и исследованиям о благотворном воздействии музыки на детский мозг и нервную систему.

- Предложить рекомендации по подбору репертуара для прослушивания ребенком и возможные сценарии домашних музыкальных мероприятий.

5). Коммуникативная задача

- Создать условия для обмена опытом среди родителей, позволяя обмениваться идеями и поддерживать друг друга в вопросах воспитания и заботы о ребенке.

- Стимулировать активное участие всех присутствующих, предоставляя возможность задать интересующие вопросы специалистам и обсудить актуальные проблемы воспитания.

**Оборудование:** магнитофон, музыкальное сопровождения, краски, кисти, бумага для рисования, буклеты «Музыкотерапия: музыка как лекарство», диски с записями классической музыки, коврики для релаксации.

**Ход мастер-класса.**

Здравствуйте, уважаемые родители! Приглашаю вас на мастер-класс «Музыкотерапия для развития и психического здоровья ребенка».

В том, что музыка может создавать определенное настроение и вызывать соответствующие эмоции, никого убеждать не надо. У каждого из вас есть своя любимая музыка. Когда мы её включаем, мы расслабляемся, успокаиваемся и наслаждаемся. Мы выучиваем любимые тексты песен наизусть, напеваем их и чувствуем прилив сил и энергии. Положительный эффект музыки каждый мог испытать на себе, поэтому в современном мире всё большую популярность завоевывает музыкотерапия - метод лечения музыкой.

После долгого изучения феномена музыкотерапии ученые пришли к выводу, что музыка обладает огромным влиянием не только на психику человека, но и на весь организм в целом. Дело в том, что человеческое тело

само по себе является своего рода оркестром. Циркуляция крови, биение сердца, движение воздуха в легких, не говоря уже о пищеварительных процессах, — любая деятельность организма имеет свое уникальное звучание и ритм. Более того, наш организм играет не только свою музыку, но и взаимодействует с теми звуками, что слышит извне. Если внешнее звучание совпадает с внутренним, мы ощущаем гармонию, если же музыка чересчур агрессивна, это может расстроить и работу нашего биооркестра: спровоцировать сердечный или мышечный спазм, нарушить деятельность мозга, вызвать сильнейший стресс.

Как вы думаете, какая мелодия самая любимая у родившегося ребенка? (звук биения материнского сердца). Действительно, плод, вынашиваемый матерью, воспринимает главный для него маятник - биение материнского сердца. Наш слух чётко воспринимает и ритм дыхания, и ритм сердечной деятельности. Для ребенка эти звуки - самая любимая и приятная музыка. Давайте её послушаем. Такую музыку полезно слушать ребенку перед сном или после активных игр, для того, чтобы ребенок успокоился. Какие ощущения вызвала эта музыка?

***Музыка с биением сердца***

А сейчас послушайте Сюиту Маскарад «Вальс» Хачатурян.

Какие эмоции вызвала эта музыка?

Действительно, эта музыка обладает тонизирующим эффектом. Мажорные мелодии вызывают эмоции радости, увеличивают частоту сердечных сокращений, расширяют кровеносные сосуды. Такая музыка бодрит и у человека поднимается трудоспособность. Музыка активизирует физиологические процессы. Она помогает прогнать страх, депрессию, заставляет двигаться и танцевать.

***Сюита Маскарад «Вальс» Хачатурян.***

Знакомы ли вы с феноменом «Зримой музыки»? Это пробуждение творческого подсознания. Закрыв глаза, слушая музыку можно представить себе образы, которые вызывает музыка. Это могут быть просто цветные

пятна, а могут быть и яркие картины. Ваши эмоции, вызванные музыкой, вы можете отразить красками.

Давайте попробуем нарисовать музыку. А поможет нам И.С. Бах «Кантата». Какие эмоции вызвала у Вас эта музыка?

Какие образы вы себе представили? Расскажите о своем рисунке. Почему выбрали такие краски?

***Бах «Кантата» (за столами)***

Наверное, об эффекте Моцарта слышал каждый человек. Музыка Моцарта, обладает универсальным позитивным эффектом воздействия. Она удивительно точно находит болевые точки и органично встраивается в самые невидимые уголки души и тела каждого организма. Произведения Моцарта повышают интеллектуальные способности. Терапия музыкой Моцарта уменьшает детскую смертность (если слушает беременная женщина), улучшает мелкую моторику рук, её применяют в лечении неврологических заболеваниях, заикание. Детям музыка Моцарта помогает в координации движения, учёбе, улучшает речь, успокаивает при нервном возбуждении. (слушание музыки Моцарта «Музыка ангелов» 11). Какие чувства вызвала эта музыка?

***Моцарт «Музыка ангелов».***

Успокаивающим действием обладает минорная музыка - медленная, спокойная, тихая. Звуки пианино и скрипки обладают расслабляющим действием. Игра на кларнете нормализует деятельность сердечно-сосудистой системы. Такая музыка может использоваться перед сном и в качестве релаксации (релаксация – Клод Дебюси «Лунный свет». Как вы себя чувствуете?

***Клод Дебюси «Лунный свет»***

Ещё несколько интересных фактов из области музыкотерапии:

Исследования показали, что композиторы военных маршей интуитивно определяли характер их воздействия на человека. Ритмы марша, которые звучали во время длительных походов, были чуть медленнее ритма

спокойной работы человеческого сердца. Такая музыка повышала выносливость солдат, снимала усталость. А вот парадные марши имели более быстрый ритм, что оказывало бодрящее и мобилизующее воздействие.

Уважаемые родители ! давайте познакомимся с классической музыкой которая помогает при разных психических состояниях

**Классическая музыка при депрессии:**

- Вступление к Пятой симфонии П.И. Чайковского
- Финал Шестой симфонии П.И. Чайковского
- Прелюдию до-минор Шопена
- и его же: марш из Сонаты №2 «си-бемоль-минор». (Третья часть этой сонаты)
- Гендель «Менуэт»
- Бизе «Кармэн» - часть 3

**Классическая музыка при тревожности:**

- «Мелодию» А.Г. Рубинштейна
- прелюдии и мазурки Шопена
- вальсы Штрауса

**Классическая музыка при агрессии:**

- «Сентиментальный вальс» П.И. Чайковского
- Первую часть Шестой симфонии его же
- Финалы двух сонат: 14-ой и 23-ей Бетховена
- «Порыв» Шумана
- Кантату №2 И.-С. Баха
- Сочинение №8 Скрябина
- «Хор пилигримов» Вагнера
- «Итальянский концерт» Баха
- «Финляндию» Я. Сибелиуса
- Бах «Итальянский концерт»
- Гайдн «Симфония»

**Слушаем классическую музыку, если мы хотим взбодриться:**

- «Чардаш» Монти
- «Аделита» Г. Пёрселла

Слушаем классическую музыку, если мы хотим успокоиться и расслабиться:

Расслабляющим действием обладают звуки флейты, игра на скрипке и фортепиано. Успокаивающий эффект носят звуки природы (шум моря, леса), вальсы (ритм три четверти).

- «Июнь. Баркарола» из «Времён года» П.И. Чайковского
- «Старинная песенка» Бизе
- Бетховен «Симфония 6» - часть 2
- Брамс «Колыбельная»
- Шуберт «Аве Мария»
- Шопен «Ноктюрн соль-минор»
- Дебюсси «Свет луны»

Как уменьшить нервное возбуждение?

Гиперактивным детям полезно часто и подолгу слушать спокойную тихую музыку.

Как правило, помогает классика:

- Бах «Кантата №2»
- Бетховен «Лунная соната» и «Симфония ля-минор»

Как избавиться от напряженности в отношениях с людьми?

- Бах «Концерт ре-минор для скрипки» и «Кантата 21»
- Барток «Соната для фортепиано» и «Квартет 5»
- Брукнер «Месса ля-минор»

У вас мигрень, головная боль?

- Ставьте диск с религиозной музыкой или классикой
- Моцарт «Дон Жуан» и «Симфония № 40»
- Лист «Венгерская рапсодия 1»
- Хачатурян «Сюита Маскарад»

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.

- Чайковский «Шестая симфония» - часть 3
- Бетховен «Увертюра Эдмонд»
- Шопен «Прелюдия 1, опус 28»
- Лист «Венгерская рапсодия 2»

Что мешает нам с вами и нашим детям слушать эту целительную музыку, наслаждаться красотой её звуков и виртуозным исполнением?

Наш мастер-класс подходит к концу, надеюсь, что вы с пользой провели время.

**Рефлексия (в кругу).**

Передавая колокольчик, продолжите предложение:

Мастер-класс помог мне понять, осознать, научиться, узнать и т.д.

На мастер-классе самым трудным для меня было, самым полезным было…

На мастер-классе я задумался…

С мастер-класса я уношу с собой…

Спасибо за участие в мастер-классе. Будьте здоровы!