

Чек-лист для родителей:

«Мастер-класс для родителей о возможности музыкотерапии для развития психического здоровья ребёнка»

**Разработал: музыкальный руководитель, педагог-психолог
Муниципального бюджетного дошкольного образовательного
учреждения детского сада «Колобок» х. Денисов Манвелян Ануш
Рафиковна**

Цель: приобретение опыта использования приемов музыкотерапии в домашних условиях.

1. Практикум №1: создаем плейлисты

- Составляем индивидуальные плейлисты для отдыха и активизации.
- Обсуждение выбора музыки и предпочтений ребёнка.

2. Практикум №2: играем вместе

- Использование простейших музыкальных инструментов.
- Творческое взаимодействие родителей и детей.

3. Практикум №3: движение под музыку

- Простые танцевальные упражнения.
- Преодоление стеснения и улучшение координации.

4. Практикум №4: дыхательные техники под музыку

- Техника глубокого дыхания.
- Применение музыки для снятия напряжения.

Итоговая рекомендация:

Музыкотерапия является мощным инструментом поддержки психического здоровья ребёнка. Родителям рекомендуется регулярно включать элементы музыкотерапии в свою ежедневную практику для укрепления связи с детьми и повышения качества семейной жизни.