

КАК ПРИУЧИТЬ РЕБЕНКА СЛУШАТЬ МУЗЫКУ ДОМА?

- Начните с создания в доме фонотеки. В начале приобретайте записи музыкальных сказок: («Теремок», «Лиса, заяц и петух», музыкальные сказки Г. Гладкова, Сергея и Елены Железновых и др.).

- Следующий этап – пополнение семейной фонотеки произведениями русской и зарубежной классики, образцами народного творчества, джазовой музыкой.

- Особый вид слушания музыки представляют собой рассказы с музыкальными иллюстрациями, что также способствует развитию воображения. С этой целью также рекомендуется фрагментарный просмотр вместе с ребенком выборочных сюжетов музыкальных мультфильмов. Слушание музыки и параллельный зрительный ряд доставляет детям большое удовольствие. Они эмоционально реагируют на нее, накапливают опыт музыкальных впечатлений.

- Включайте качественную запись музыкального произведения на тихой звучности. Не ограничивайте деятельность ребенка. Включайте запись несколько дней подряд, и вы увидите, как ребенок начинает прислушиваться. Здесь срабатывает принцип уже знакомого произведения.

- Теперь, при прослушивании уже знакомых музыкальных произведений (это может быть как инструментальная, так и вокальная музыка) предложите ребенку нарисовать музыку. Пусть ребенок пофантазирует и нанесет на лист бумаги свои представления и впечатления, от прослушанной музыки: какого цвета музыка, какие линии нужно наносить, толстые или тонкие, кто живет в этой музыке; придумайте вместе с ребенком сюжет к прослушанному музыкальному произведению.



СЛУШАЕМ МУЗЫКУ С РЕБЁНКОМ.

- *Пойте ребёнку простые и понятные по содержанию детские песенки.*
- *Ставьте записи песен, отрывки из произведений классической музыки. Во время прослушивания музыки учите малыша притопывать ножками и похлопывать ручками в такт, кружиться вокруг себя. Для движений под музыку подбирайте разную по ритму музыку. Не ограничивайтесь музыкой какого-то одного направления.*
- *Раз в день можно устраивать маленькое занятие по знакомству с мировой музыкальной культурой. Для начала надо приобрести записи с подборкой отрывков самых выдающихся произведений.*
- *Каждый день в одно и то же время садитесь с малышом около магнитофона и говорите: «Сейчас мы будем слушать музыку». После чего включайте запись.*
- *Вы можете слушать каждый день по одному отрывку – с понедельника по воскресенье, затем или взять новые отрывки или повторить ещё раз те, которые слушали на прошлой неделе. А уже на третьей неделе прослушивайте совсем новые.*
- *Иногда специально включайте музыку фоном, не привлекая особенно внимание ребёнка.*

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.

=



Духовная и религиозная музыка очень хорошо снимает болевой синдром.

-**Джаз, блюз, регги** поднимают настроение, избавляют от депрессивных состояний:

-**Рок музыка** в небольших количествах способна снять нервное напряжение и мышечную усталость.

-**жесткий хард-рок** может вызвать у слушателей неосознанную агрессию.

От неврозов и раздражительности избавляет бодрящая музыка **Чайковского, Пахмутовой, Таривердиева.**

Помогает снять стресс, сконцентрироваться, идеально подходит для занятий и медитаций романтическая, создающая ощущение свободного пространства музыка **Шуберта, Шумана, Чайковского, Листа.**

Для профилактики утомляемости необходимо слушать **«Времена года» Чайковского, «Утро» Грига, романс «Вечерний звон», мотив песни «Русское поле».**

Кровяное давление и сердечную деятельность нормализует **«Свадебный марш» Мендельсона.**

От гастрита вылечивает **«Соната №7» Бетховена.**
Головную боль снимает прослушивание **«Полонеза» Огинского.**

Нормализует сон и работу мозга сюита **«Пер Гюнт» Грига.**

Развитие умственных способностей у детей способствует музыка **Моцарта.**

