

Лекторий для родителей

«Музыка лечит»

Подготовила: музыкальный руководитель

МАДОУ «Машенька»

Кудрик Ольга Михайловна

Существует традиционное мнение, что музыка – это средство эстетического воспитания ребёнка, направлена на развитие способности детей воспринимать, чувствовать и понимать прекрасное, замечать хорошее и плохое, творчески и самостоятельно действовать, приобщаясь тем самым к различным видам художественной деятельности. Это все так, но мне сегодня хотелось бы вам рассказать о другом свойстве музыки, то же немало важно для человека.

С древних времен известно, что музыка успокаивает боль, снимает напряжение, оказывает положительное влияние на психику ребенка. В европейских странах музыкотерапию используют в род залах. Также этот метод лечения применяют в детских отделениях больниц: неврологии, кардиологии, онкологии, нефрологии. Под звуки музыки дети выполняют дыхательные и физические упражнения. Благодаря, грамотно подобранной музыки ребенок открывается миру, отвлекается от своей болезни, у него снижается уровень сахара в крови. Музыка влияет на частоту сердечных сокращений, артериальное давление крови, на температуру тела ребенка и даже на способность адаптироваться к теплу и холоду.

Музыка положительно влияет на мозг ребенка, активизируя соединения между нервными клетками. Первые 6 лет жизни ребенка – это самый важный период для развития нервной системы и мозга, поэтому чем раньше дети начнут испытывать влияние музыки на себе, тем лучше для них.

Если вы хотите, чтобы мир вашего ребенка был богат и эмоционально насыщен, если вы хотите, чтобы он стал успешным, всесторонне развитым, целеустремленным, а, следовательно, счастливым человеком, дайте ему эту возможность.

Предлагаю РЕКОМЕНДАЦИИ:

- Возбудимым, беспокойным детям полезны классические музыкальные произведения в медленном темпе.
- Мелодии со словами (песни, арии) полезнее, чем мелодии без слов. А "живое" пение действует на детей сильнее.
- Та музыка, которую слышит ребенок, откладывается в его подсознании и влияет на его будущее.
- Музыкотерапия — это дополнительный стимул развития детей.
- Под влиянием музыки у детей создается творческое воображение, а через него меняется восприятие разных сторон жизни.
- Ни в коем случае нельзя давать детям слушать музыку через наушники. От такого звука мозг ребенка может получить акустическую травму.

«Музыка - волшебное лекарство», «Музыка лечит душу и тело» - такую надпись можно найти на некоторых музыкальных инструментах эпохи Ренессанса.

Звуки, ритмы и музыкальная гармония непосредственно воздействуют на наше эмоциональное состояние. Музыка способна изменить душевное и физическое состояние человека.

МЕЛОДИИ ВМЕСТО ЛЕКАРСТВА.

Чтобы оставаться бодрым и полным сил, 2-3 раза в день по 30-40 мин. Слушайте музыку, подбирая ее по ситуации. Разные музыкальные инструменты по-разному влияют на наш организм. Итак, какой инструмент за что "отвечает"?

- скрипка - лечит душу, помогает выйти на путь самопознания, возбуждает в душе сострадание, готовность к самопожертвованию, очень благотворно действует на меланхоликов; (*прослушайте фрагмент из балета П. Чайковского «Лебединое озеро»*)
- пианино - воздействует на почки, мочевой пузырь очищает щитовидную железу;
- барабан - восстанавливает ритм сердца, приводит в порядок кровеносную систему;
- флейта очищает и расширяет легкие, снимает раздраженность и озлобленность;

- арфа и струнные инструменты - гармонизирует работу сердца лечат истерию, кровяное давление;
- виолончель, контрабас, гитара - благотворно действует на почки, сердце и тонкую кишку;
- цимбалы – «уравновешивают» печень;
- баян и аккордеон - активизируют работу брюшной полости;
- кларнет, флейта - пикколо - подавляет уныние, улучшает кровообращение; балалайка - лечит органы пищеварения;
- труба - лечит радикулит; (*прослушайте фрагмент «Полёт шмеля»*)
- саксофон - активизирует сексуальную энергию, половую систему.

Среди музыкальных инструментов можно выделить лидера ПО ВОЗДЕЙСТВИЮ НА СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА — это ОРГАН. Он приводит в порядок ум, гармонизирует энергопоток позвоночника и его называют проводником энергии «космос - земля – космос».

Сейчас я предлагаю, Вам, ощутить влияние музыки на себе.

(прослушайте отрывок из симфонии И.С. Баха)

Как звучит колокольный звон?!

Колокольный звон влияет на работу кровеносных и лимфатических систем человека, лечит психические заболевания. Его звон «убивает» микробы и бактерии (влияние ультразвука).

Мелодии, доставляющие человеку радость, благотворно влияют на организм:

- замедляют пульс;
- увеличивают силу сердечных сокращений;
- способствуют расширению сосудов;
- нормализуют артериальное давление;
- стимулируют пищеварение;
- улучшают аппетит;
- облегчают установление контакта между людьми;
- повышают тонус коры головного мозга;
- улучшает обмен веществ;
- стимулирует дыхание и кровообращение;
- усиливает внимание.

Музыка действует избирательно, в зависимости:

- от характера произведения;
- от инструмента, на котором исполняется.

Музыкальные жанры, оказывающие лечебное воздействие.

Классическая музыка - универсальное оздоровительное воздействие на психику и тело. Повышает уровень иммуноглобулина.

Духовная и религиозная музыка - снижает болевой синдром.

Джаз, блюз, регги - избавляет от депрессии.

Мелодичный рок - в небольшом количестве снимает нервное и мышечное напряжение.

Хард-рок - вредит здоровью, так как нередко вызывает неосознанную агрессию.

РЭП - не рекомендуется для частого прослушивания, так как он пробуждает негативные эмоции.

Это интересно!

Оказывается, каждый человеческий орган любит слушать свою музыку. Наша печень положительно реагирует на деревянные духовые инструменты: гобой, кларнет. Виолончель и скрипка тонизируют работу сердечно -сосудистой системы. А саксофон, металлофон, колокольчик излечивают заболевания легких, толстой кишки и устраняют тоску.

Учеными доказано воздействие музыки на клеточном уровне. На нее реагируют раковые клетки, причем от одной музыки они начинают, активно расти, и размножаться, а от другой, наоборот, их рост замедляется. А такие микробы, как стафилококк и кишечная палочка, от правильно подобранной музыки и вовсе погибают.

Музыкальные предпочтения во многом зависят от темперамента. Если вы сангвиник или холерик, то вам подойдут танцевальные стили. А вот флегматикам больше по душе высокие женские голоса. Специалисты, также заметили, что музыка композиторов романтического направления — Шопена, Чайковского, Шуберта — нравится тем, кто склонен к уединению, а

людям энергичным, как правило, по душе Лист, Вагнер, Прокофьев. Так что музыкальная аптечка может быть самой разнообразной. Главное, чтобы эта музыка была источником сил, энергии и хорошего настроения.

Знаете ли вы, что дети, не слышавшие в детстве колыбельных, менее успешны в жизни и подвержены психическим расстройствам. Колыбельные песни, которые есть у всех народов, - не просто элемент фольклора и служат не только для убаюкивания ребенка. Колыбельные очень важны в процессе овладения ребенком речью, следовательно, и в развитии мышления. От того, какие песни поет ребенку мать, и поет ли она их вообще, зависит характер маленького человека, его физическое здоровье, степень его психологической устойчивости. Кроме того, в колыбельных зашифрованы знания о мире, которые пробуждаются в генетической памяти. Детям, у которых генетическая память не «разбужена», гораздо труднее адаптироваться в жизни и в обществе. Они развиваются гораздо медленнее.

Здоровье и музыкальное развитие ребенка. Знаете ли вы, что слишком громкое, крикливое пение может вредно сказаться на слабых детских голосовых связках. Кроме того, оно отрицательно влияет и на нервную систему детей, создает излишнее возбуждение, утомляет. Но что делать, если ребенок хочет излить избыток энергии не только в движении, но и в звуке, если он сам тянется к музыке и к песне, как к наиболее доступному и понятному для него музыкальному жанру? Научить детей внимательно слушать музыку, понимать и разделять те настроения и чувства, которые она передает, воспроизводить незамысловатые мелодии, добиваться, чтобы голос звучал естественно и свободно. Задача эта вполне под силу мамам и папам, бабушкам и дедушкам, старшим братьям и сестрам ребенка. Тут не требуется особых музыкальных или педагогических познаний: ведь речь идет не о том, чтобы готовить из малыша музыканта или певца. Достаточно привить ребенку несложные навыки слушания музыки приобщить к пению в таких пределах, которые доступны каждому человеку.

Детям доставляет радость, когда взрослые сами негромко и ласково напевают или наигрывают на губной гармошке, гитаре, фортепиано незатейливые спокойные мелодии. Доступная и приятная музыка обычно вызывает чувство удовольствия, радостную улыбку. Таким образом, музыка помогает поддерживать радостное настроение у ребенка. А это очень важно, особенно в раннем возрасте, потому что положительные эмоции способствуют здоровому развитию нервной системы и благотворно влияют на протекание основных физиологических процессов: дыхания, сердечной деятельности, обмена веществ. Но оздоровительное влияние песен может проявиться только в том случае, когда члены семьи учитывают возрастные особенности ребенка.

Нельзя допускать, чтобы ребенок срывался на крик. Нельзя разрешать детям петь на улице в холодную и сырую погоду, потому что это вредно для голосовых связок и может привести к простуде.

«Детство так же невозможно без музыки, как невозможно без игры, без сказки» - говорил В.А. Сухомлинский.

Поэтому родители должны быть заинтересованы в том, чтобы встреча ребенка с музыкой состоялась, вовремя и музыка стала их верным другом.