**Консультация для родителей по музыкальному воспитанию**

**Тема: «Музыкальная терапия»**

В современной психологии существует отдельное направление - музыкотерапия. Она представляет собой метод, использующий музыку в качестве средства коррекции нарушений в эмоциональной сфере, поведении, при проблемах в общении, страхах, а также при различных психологических заболеваниях. Музыкотерапия строится на подборе необходимых мелодий и звуков, с помощью которых можно оказывать положительное воздействие на человеческий организм. Это способствует общему оздоровлению, улучшению самочувствия, поднятию настроения, повышению работоспособности. Такой метод дает возможность применения музыки в качестве средства, обеспечивающего гармонизацию состояния ребенка: снятие напряжения, утомления, повышение эмоционального тонуса, коррекцию отклонений в личностном развитии ребенка и его психоэмоциональном состоянии.

Влияние музыки на организм очень широко. Она может стимулировать интеллектуальную деятельность, поддерживать вдохновение, развивать эстетические качества ребенка. Гармоничная музыка способна сосредотачивать внимание школьников и помогает быстрее запомнить новый материал. Если женщина кормит малыша грудью, слушая любимые пьесы, то при первых же звуках знакомых мелодий у нее прибывает молоко. Вот некоторые советы по использованию музыкальных композиций в различных случаях.

**Как уменьшить чувство тревоги и неуверенности?**

В этом вам помогут мажорные мелодии, темпа ниже среднего. Народная и детская музыка дает ощущение безопасности. Хорошее воздействие могут оказать этнические композиции и классика: Шопен «Мазурка» и «Прелюдии», Штраус «Вальсы», Рубинштейн «Мелодии».

**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».

**Хотите спокойствия?**

Расслабляющим действием обладают звуки флейты, игра на скрипке и фортепиано. Успокаивающий эффект носят звуки природы (шум моря, леса), вальсы (ритм три четверти). Классика: произведения Вивальди, Бетховен - «Симфония 6» - часть 2, Брамс - «Колыбельная», Шуберт - «Аве Мария», Шопен - «Ноктюрн соль-минор», Дебюсси  -«Свет луны».

**Как избавиться от напряженности в отношениях с людьми?**

Включите Баха «Концерт ре-минор для скрипки» и «Кантата 21», Бартона «Соната для фортепиано» и «Квартет 5», Брукнера «Месса ля-минор». Депрессия? Помогут скрипичная и церковная музыка. Классика: произведения Моцарта, Гендель «Менуэт», Бизе «Кармэн» - часть 3.

**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. Из классики «вялым» детишкам можно поставить: Чайковский «Шестая симфония» - часть 3, Бетховен «Увертюра Эдмонд», Шопен «Прелюдия 1, опус 28», Лист «Венгерская рапсодия 2».

Для уменьшения агрессивности, непослушания подойдет опять же классика:

Бах «Итальянский концерт», Гайдн «Симфония».

А чтобы чадо быстро заснуло и видело хорошие сны, можно негромко включить музыку с медленным темпом и четким ритмом.

Как слушать?

· Продолжительность - 15-30 минут.

· Лучше всего прослушивать нужные произведения утром после пробуждения или вечером перед сном.

· Во время прослушивания старайтесь не сосредотачиваться на чем-то серьезном, можно выполнять обычные бытовые дела (уборка игрушек, сбор учебников, подготовка постели). А еще лучше занимайтесь чем-нибудь приятным, например просмотром фотографий, поливкой цветов.

Конечно, не обязательно слушать только классику, можно выбирать и другие стили. Но, как показывает опыт психологов, работающих с музыкотерапией, «именно классическая музыка влияет «базово», глубоко и надолго, существенно ускоряя процесс лечения», а значит, гораздо лучше помогает добиться необходимого эффекта и при обычном «домашнем» применении.

Няня или кто-то из родителей могут выполнять с ребенком под веселую, ритмичную музыку различные физические упражнения. Музыка создаст необходимый энергичный фон для ребенка, поможет ребенку почувствовать ритм. Включать 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. Пусть няня или родители включают музыку и почаще танцуют с ребенком. Это замечательно для воспитания ребенка. Ребенок научится танцевать, хорошо двигаться под музыку, чувствовать ритм каждой мелодии, кроме того, ребенок посредством танца общается с няней или родителями без слов, что важно для наилучшего взаимопонимания. Можно пригласить к ребенку профессионального преподавателя музыки и проверить, есть ли у ребенка музыкальный слух, способности к обучению игре на музыкальном инструменте. Если есть, и, еще, что очень важно, желание играть, тогда можно учить ребенка музыке с преподавателем. Если у ребенка нет никакой заинтересованности к игре на музыкальном инструменте, то не настаивайте, потому что, в противном случае, это может вызвать обратную реакцию и ребенок будет всю оставшуюся жизнь вспоминать о том, как его заставляли играть на пианино, ругали и может относиться к музыке с отвращением. Музыкальные способности + добровольное желание ребенка играть! Не обязательно учить играть ребенка только на пианино, можно попробовать нежную флейту, романтичную гитару, энергичные барабаны, скрипку и т.д. Попробовать разное, чтобы почувствовать, какой музыкальный инструмент ребенку больше по душе. Пойте ребенку колыбельные песенки, пойте их сами перед сном, а также ставьте ему их послушать в профессиональном исполнении. Пойте с ребенком различные песенки, легкие для запоминания, песенку «Крокодила Гены», «Винни Пуха», другие песенки из мультфильмов. Если у вас дома есть система караоке, замечательно, тогда под музыку няня или родители могут петь самые разнообразные песенки. Если нет, то можно петь под аудиодиск. Играйте с ребенком в музыкальные игры, например, кружитесь с маленьким ребенком в ритме вальса, или играйте под музыку в «Ладушки- ладушки – где были – у бабушки» или под энергичную музыку играйте в игру «испекли мы каравай – вот такой ширины – вот такой высоты» или «Мы едем-едем-едем в далекие края – хорошие соседи хорошие друзья» или «Море волнуется раз – море волнуется два – фигура замри» и т.д. Можно включать определенные мелодии для поддержания режима дня, например, колыбельные – сигнал для ребенка, что пора идти спать, веселая песенка Винни Пуха – пора собираться на прогулку, песенка «Антошка – готовь к обеду ложку» – пора есть, другая мелодия – время игр и т.п. Это особенно важно для маленького ребенка, который не умеет говорить или плохо говорит. Если ребенок часто болеет простудными заболеваниями, кашляет или у него астма, то ребенку обязательно надо почаще петь или учиться игре на флейте. Это помогает детям справиться с проблемами дыхания, держать определенный ритм дыхания. Музыка помогает, если у ребенка речевые дефекты. В таком случае, ребенку лучше всего по чаще петь, это может помочь справиться с заиканием, с речевыми проблемами. Если ребенок гиперактивный – ему надо по чаще ставить слушать спокойную музыку. Если у ребенка что-то болит, то можно дать ему послушать красивую мелодию без слов, и поглаживая больное местечко, приговаривать «у сыночка (у дочки) не боли, боль – скорее уходи». Этот старинный способ заговаривания боли отвлекает, успокаивает ребенка, дает «обезболивающий эффект», а дети постарше уже сами будут так «заговаривать боль». Покупать ребенку музыкальные игрушки, самому маленькому – мелодичные погремушки, затем музыкальных кукол-неваляшек, музыкальных пупсиков, детям постарше – музыкальные игрушки по сложнее. Чаще слушать с детьми различную красивую музыку: классическую – Моцарта, Чайковского, Грига, Шумана, Шуберта и др.; этническую, народные песни; музыку природы – пение птиц, звуки моря; мягкое, мелодичное пение; красивую, романтичную музыку без слов; красивые, выразительные оперные арии; джаз; блюз. Хорошо, когда няня или родители слушают музыку вместе с детьми, но можно периодически и оставлять ребенка наедине с музыкой. Рассказывайте ребенку о различных композиторах, об их интересных судьбах, а затем поставьте ребенку послушать музыку этого композитора. Рассказывайте о разных музыкальных инструментах, обязательно сопроводив свой рассказ музыкальными комментариями. Учите ребенка чувствовать музыку, подскажите ему, что музыка отражает настроение, пусть он сам подберет ту музыку, которая соответствует его разным ощущениям и разному настроению. Это поможет ребенку научиться быстро и правильно разбираться в своих чувствах и правильно слышать музыку своей души. Музыка может помочь справиться с горем, с бедой ребенка. Психотерапевт Вайлет Оклендер рассказывает историю о том, как песня про умирающего гуся помогла маленькой девочке смириться с гибелью любимого кота. Веселые, энергичные мелодии помогают детям справиться с чувством страха. Существуют различные музыкальные обучающие программы: обучение иностранному языку при помощи песенок, обучение цифрам, буквам, правилам дорожного движения и т.п. Такие программы также можно использовать в музыкальном воспитании ребенка. Воспитывайте при помощи музыки воображение ребенка, например, попросите ребенка что-то представить под данную мелодию или нарисовать те образы, цвета, которые возникают у ребенка при прослушивании какой-либо мелодии. Пусть родители или няня ходят с ребенком на различные музыкальные спектакли. Можно пойти с ребенком на балет «Щелкунчик», «Спящая красавица», «Золушка», ребенку может быть трудно высидеть его полностью – но тогда можно посмотреть хотя бы часть. Можно ходить на мюзиклы, детские музыкальные спектакли, где много танцуют и поют, в театр оперетты. Смотрите с ребенком различные музыкальные фильмы по телевизору или на DVD, где также много поют, танцуют. Например, «Мэри Поппинс, до свидания», «Мама», «Синяя птица», «Звуки музыки», «Поющие под дождем», «Серенада Солнечной долины», мультфильмы Уолта Диснея «Фантазия», «Золушка», «Спящая красавица», «Русалочка», «Красавица и чудовище» и др., музыкальные мультфильмы «Волк и семеро козлят на новый лад».

***Музыкотерапия*** – метод, использующий музыку, как средство нормализации эмоционального состояния, устранения страхов, двигательных и речевых расстройств, психосоматических заболеваний, отклонений в поведении при коммуникативных затруднениях.

Музыкотерапия представляет собой совокупность приемов и методов, способствующих формированию богатой эмоциональной сферы, и практических занятий и упражнений, способствующих нормализации психической жизни ребенка. Музыкотерапия предусматривает как целостное и изолированное использование музыки в качестве основного и ведущего фактора воздействия (музыкальные произведения), так и дополнение музыкальным сопровождением других коррекционных приемов (психогимнастика, логоритмика).

Основными и главными **задачами,** определяющими музыкотерапию, являются:

формирование и развитие музыкальных и творческих способностей

расширение и развитие эмоциональной сферы

обучение средствами музыки ауторелаксации

развитие нравственно-коммуникативных качеств

Музыкотерапию, как метод коррекции, рекомендуют использовать не только на музыкальных, но и на физкультурных занятиях, на утренней гимнастике, бодрящей гимнастике после дневного сна, на вечерах досуга, на занятиях по развитию речи, изобразительной деятельности, в повседневной деятельности, самостоятельных играх и т.д.

Все элементы упражнений по музыкотерапии используются не только как средство развития музыкальных и двигательных способностей детей на занятиях ритмикой, но и как игровой тренинг психических процессов: внимания, памяти, воли, творческого воображения и фантазии, а так же, как средство расслабления, переключения внимания или повышения психофизического тонуса и т.д., в самых различных формах организации педагогического процесса в детском саду. Например, на занятиях с высокой умственной нагрузкой и малой подвижностью педагоги используют танцевальные композиции в качестве физкультминуток. Использование композиций на основе быстрой, веселой музыки позволяет поднять настроение детей, активизировать их внимание.