

Консультация для родителей

МУЗЫКОТЕРАПИЯ в жизни дошкольника



Музыкотерапия - одно из перспективных направлений в жизни дошкольного образовательного учреждения. Она способствует коррекции психофизического здоровья детей в процессе их жизнедеятельности.

Различают активную (двигательные импровизации под соответствующий характеру музыки словесный комментарий) и пассивную (прослушивание стимулирующей, успокаивающей или стабилизирующей музыки специально или как фон) формы музыкотерапии. Слушание правильно подобранной музыки с выполнением психогимнастических этюдов повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

Музыкотерапия - это лекарство, которое слушают. О том, что музыка способна изменить душевное и физическое состояние человека, знали еще в древней Греции и других странах. Однако врачуют не только естественные, но и искусственно созданные упорядоченные звуки. Специально подобранные мелодии снимают гнев, досаду, улучшают настроение. Мелодии, доставляющие человеку радость, благотворно влияют на его организм: замедляют пульс, увеличивают силу сердечных сокращений, способствуют расширению сосудов, нормализуют давление, стимулируют пищеварение, повышают аппетит.

Музыка действует избирательно: в зависимости от характера произведения, от инструмента, на котором она исполняется. Так, например, скрипка и фортепиано успокаивают нервную систему, а флейта оказывает расслабляющее действие. Интересно, что музыка Баха, Моцарта, Бетховена оказывает удивительное антистрессовое воздействие.

В Японии музыкотерапия широко используется для нормализации физического и психологического состояния человека на производстве, в школе, в вузах, а в настоящее время музыка стала одним из элементов родовспоможения.

Наукой установлено, что бесшумная обстановка отрицательно влияет на психику человека, поскольку абсолютная тишина не является для него привычным окружающим фоном.

Цель занятий с использованием музыкотерапии: создание положительного эмоционального фона реабилитации (снятие фактора тревожности); стимуляция двигательных функций; развитие и коррекция двигательных процессов (ощущений, восприятий, представлений) и сенсорных способностей; растормаживание речевой функции.

Музыкальная ритмика широко используется при лечении двигательных и речевых расстройств, коррекции недостаточного психомоторного развития, чувства ритма, речевого дыхания. Музыка может быть использована во время выполнения самостоятельной работы, когда исключается речевое общение. Исключение составляет мелочтение - чтение под музыку, сочетание музыки и изо деятельности.

Таким образом, опыт работы по использованию музыкотерапии в работе с детьми подводит к следующим выводам:

- 1.** Использовать для прослушивания только то, произведение, которое нравится детям;
- 2.** Лучше использовать музыкальные пьесы, которые знакомы детям. Они не должны привлекать их внимание своей новизной, отвлекать от главного;
- 3.** Продолжительность прослушивания должна составлять не более 10 минут в течение всего занятия. Как правило, это только одно музыкальное произведение.