**Консультация для родителей.**

**« Музыка и её влияние на здоровье человека».**

 Дверь в мир музыки человеку впервые открывает его мама. Вы спросите почему? Потому что ещё в утробе матери ребёнок слышит ту музыку, которую слушает будущая мама. И уже тогда начинает реагировать на музыку. Учёные доказали, что во внутриутробный период дети просто млеют от музыки Вивальди, и начинают нервничать под металл и тяжёлый рок.

 А когда рождается малыш, первое пение он опять-таки слышит от матери, которая поёт ему колыбельные. А вы поёте своим детям колыбельные? Поверьте для вашего ребёнка голос мамы, лучше всех золотых голосов мира, потому что это самый ласковый, самый успокаивающий и самый любящий голос на свете. Для

ребёнка очень важно слышать мамину колыбельную даже самую простую (н/р: «Баю-баю ).

 Но вот ребёнок стал подрастать и ему нужно расширять свой музыкальный кругозор и самое доступное и понятное в этот период для него – детские песенки, через которые он познаёт мир, характеры, различные образы, понятие о доброте, дружбе и многое другое.

На первый взгляд может показаться, подумаешь, какая разница слушает ребёнок детские песни или нет. А если вдуматься слушая их ребёнок развивает воображение, память ритмический слух, учиться правильно интонировать ( т.е. чисто петь), через песни он пополняет свой словарный запас, развивается речь, а если ребёнок ещё и танцует под песенки, то укрепляются мышцы всего организма, придумывая движения ребёнок развивается творчески, не говоря уже про хорошее настроение.

 Но для развития музыкального вкуса одних детских песен не достаточно. Конечно, ребёнок дома слушает и эстрадную музыку и это хорошо, малыш должен

идти в ногу со временем, но он ещё не может отсеять плохую музыку от хорошей

и впитывает, как губка всё что предложат взрослые. Поэтому на вас лежит

ответственность за отбор музыки.

 Категорически нельзя слушать при детях музыку с нецензурной речью, песни с откровенно взрослыми словами и сюжетами, так же тяжёлый рок и металл такая

музыка разрушает ещё хрупкую психику детей, нельзя слушать музыку очень громко, это может повлиять на слух ребёнка.

 Для того чтобы воспитать хороший музыкальный вкус, ребёнку нужно слушать

классическую музыку. Кто из вас дома слушает классику? Очень мало. А ведь классические произведения помимо того, что воспитывают музыкальную культуру ещё и лечат. На этом я хочу остановиться немного подробней.

 « Музыка- есть сильное возбуждение, могучее орудие, подобное медикаментам,

она может и отравлять и исцелять» - писал Циолковский. Древние китайцы считали, что музыка избавляет от недугов, которые неподвластны врачам. В последние

десятилетия на западе музыку применяют в трёх направлениях: как средство

облегчения болей, для коллективного лечения в больницах и в качестве трудотерапии.

 Правильно подобранная музыка оказывает благоприятное воздействие на боль-

ных людей и ускоряет выздоровление. Негармоничная музыка напротив изменяет кровяное давление, частоту сердечных сокращений, ритм и глубину дыхания вплоть до полной его остановки. Интересен результат обследования участников рок- концертов, полученный группой японских журналистов, которые обошли все

крупнейшие рок-залы Токио и произвольно выбранным из толпы участникам, зада-

ли три вопроса: Как вас зовут? Какой сейчас год? Где вы находитесь? Ни один из

опрошенных не смог ответить.

 Музыковед Кристоф Рюгер считает пригодным для психотерапии только

классическую музыку. Самая необыкновенная музыка у Моцарта: не быстрая и не медленная, плавная, но не занудная и совершенно очаровательная в своей просто-

те. Это своего рода музыкальный феномен, который учёные назвали « эффект

Моцарта». По мнению ученых, музыка этого композитора способствует развитию умственных способностей у детей. А вот Брамс, страстным стремлением к покою

и внутренней гармонии исцелит от усталости. « Картинки с выставки» Мусоргского умиротворят в гневе. От раздражительности и неврозов поможет музыка

 Чайковского, головную боль снимает прослушивание полонеза Огинского, нормализует сон, а также улучшает работу мозга– сюита « Пер Гюнт» Грига, кровяное давление и сердечную деятельность нормализует « Свадебный марш» Мендельсона, поднимают настроение, избавляют от депрессии – джас, блюз. Гастрит и язву лечит Симфония№5» Бетховена, « Вальс цветов» Чайковского также поможет в исцелении язвы, от неврозов поможет музыка Сен-Санса « Лебедь», Шу-

берта « Аве Мария», Бетховена « Лунная соната»,а для повышения творческого импульса слушайте « Таней с саблями» Хачатуряна. Учтите, что лечение музыкой

должно быть не утомительным, регулируйте для себя силу и громкость звука.

 Начните слушать классику! Я позволю себе сравнить классику с оливками. Когда люди впервые пробуют оливки, кому то нравится сразу, а кто-то говорит:

« Что за гадость?», но они полезные и человек через силу съедает 1 штуку, через день 2 штуки, а к концу недели он может, есть оливки без отвращения. Через месяц ему уже нравится их специфический вкус, и вот наступает момент, когда человек становиться поклонником оливок и может съесть их целую банку. Так и

с классикой. Ваш слух не приучен её слушать, т.к. эта музыка не простая. В ней заложен смысл, настроение, переживания композитора, и вы постепенно малыми дозами, слушая классику, вдруг почувствуете всю красоту, вдохновение, которое заложено в ней и веками не стареет и не выходит из моды. И когда вы это

почувствуете, вы станете поклонниками классики, и сможете слушать не маленький отрывок, а целую симфонию. Главное начать!

 В детском саду на музыкальных встречах дети с младшей группы знакомятся с различной музыкой, от классики до музыки разных народов. Они учатся разбирать её по частям, слышать характер, настроение, чувствовать переживания различных персонажей, подбирать соответствующие картинки к музыке, подбирать соответствующие к музыке инструменты и подыгрывать на них. К подготовительной группе дети различают жанры музыки, могут выполнить различные танцевальные движения, которые характерны для той или иной пьесы. А в подготовительной они уже слушают отрывки из симфонии, оперы и балета. Но так как время наших встреч ограничено, хотелось бы , чтобы ребёнок и дома обогащал свой музыкальный запас. В наше время многие дети гиперактивны и я хочу посоветовать вам слушать с ними музыку для релаксации (т.е. расслабления).

В продаже есть серия музыки « Малыш в деревне», « Малыш в лесу», « Малыш у моря» и т.д. В эти сборники включены классические произведения с шумом леса, моря, голосов животных, так же есть серия « Хэппи Бэби» где классическая музыка записана без низких звуков и подобрана по гороскопу ребёнка.

 Свою консультацию я хочу закончить словами великого композитора и педагога

Нейгауза: « Таланты создавать нельзя, но можно создавать почву, на которой

особенно успешно они произрастают». Я желаю, чтобы вы создали у себя дома такую почву для своих детей.

 .