**Консультация для родителей: «Влияние музыки на духовный мир ребёнка»**

Музыка успокаивает, музыка лечит,

музыка поднимает настроение...

Обучая детей музыке, мы укрепляем их здоровье.

«Музыка – могучий источник мысли. Без музыкального воспитания невозможно полноценное умственное развитие ребенка. Первоисточником музыки является не только окружающий мир, но и сам человек, его духовный мир, мышление и речь. Музыкальный образ по новому раскрывает перед людьми особенность предметов и явлений действительности», – писал В. А. Сухомлинский.

Наши далекие предки по какому-то наитию создавали музыкальные инструменты и с их помощью находили такие сочетания звуков и ритмов, которые завораживали, гипнотизировали человека. Эта возможность музыки широко использовалась в религиозных и культовых обрядах. Другие музыкальные сочетания способствовали приливу сил, повышали эмоциональный тонус, побуждали человека к действиям. В Древней Спарте воины шли в бой под звуки авлосов – деревянных духовых инструментов.

А.В. Суворов подобное влияние музыки определил так: «Музыка удваивает, утраивает армии». Марш, бодрая, ритмичная музыка, барабанная дробь и звуки трубы заставляют забыть усталость, повышают мышечную работоспособность.

В XX веке интерес к влиянию музыки на организм человека заметно вырос. Многочисленные исследования показывают, что музыка действует на множество тонких регуляторных процессов, меняет работу различных органов и систем и в итоге благотворно или разрушительно влияет на здоровье человека. Так, русский физиолог И.Р. Тарханов доказал, что мелодии (именно мелодии), доставляющие человеку радость, благотворно влияют на сердечно-сосудистую систему: замедляют пульс, увеличивают силу сердечных сокращений, расширяют сосуды и нормализуют артериальное давление, в то время как раздражающая музыка вызывает противоположный эффект. Мелодичная музыка нормализует секрецию желудочного сока. По данным английского ученого Л. Демлинга, такое воздействие оказывают симфонические произведения. Он обнаружил, в частности, что прослушивание произведений Моцарта и Бетховена помогает быстрому заживлению язвы желудка. Ряд европейских исследователей установили, что наиболее благотворно на организм человека действует фортепианная и скрипичная музыка. Музыка оказывает общеукрепляющее воздействие! Этот факт доказал российский академик В. М. Бехтерев, который первым занялся изучением этого вопроса.

Музыка и красота объединяются еще до рождения ребенка. Некоторые полагают даже, что классические произведения способны оказать благотворное влияние не только на здоровье и умственные способности, но и на внешние данные ребенка. Сегодня уже доподлинно известно, что от качества музыки, которую слушают дети, зависит состояние их здоровья.

Музыка и здоровье – эти понятия близки друг другу. Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. При встречах, расставаниях с близкими и дорогими людьми мы желаем им доброго и крепкого здоровья, так как это основное условие и залог полноценной и счастливой жизни. Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать жизненные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки. Доброе здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь.

Болезненный, отстающий в физическом развитии ребенок быстрее утомляется, у него неустойчивое внимание, слабая память, низкая работоспособность. От здоровья, жизнерадостности детей зависят их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. Особенно эффективно оздоровительную работу проводить с использованием такого могучего средства в решении воспитательных, образовательных и коррекционных задач, как музыка. Тем более что именно музыка из всех видов искусства является самым сильным средством воздействия на человека.

В чем же заключается актуальность применения здоровьесберегающей технологии в музыкально-образовательной деятельности ДОУ:

– Высокий уровень заболеваемости детей.

– Эффективность музыкального воздействия на физиологию ребенка.

– Отсутствие единого целостного подхода в оздоровительной работе среди специалистов ДОУ.

– Повышение уровня профессиональной компетенции музыкального руководителя в условиях педагогики оздоровления.

В лечебных целях слушание музыки применяют с давних времён. Музыка несёт в себе мощное коммуникативное начало, в ней заложены широчайшие возможности общения. Действенной формой оздоровления является релаксация, которая необходима и эффективна на музыкальных занятиях, она помогает восстановить дыхание, снять напряжение, снизить утомление, подготовить ребенка к дальнейшему восприятию музыкального материала. Слушая музыку природы: звон ручейка, пение птиц, завывание ветра, стрекотание кузнечиков, шум морского прибоя, шелест листвы и ветра, ребёнок расслабляется, получает удовольствие, отвлекается от посторонних мыслей и успокаивается.

Музыку наш мозг воспринимает одновременно обоими полушариями: левое полушарие ощущает ритм, а правое – тембр и мелодию. Музыка обладает способностью оказывать воздействие на психоэмоциональное и физическое состояние человека.

**Основные составляющие музыки и их влияние на организм человека:**

**МЕЛОДИЯ** пробуждает не только эмоции, но и ощущения, влияет практически на все жизненные функции, в особенности на нервную систему, дыхание и кровообращение.

**РИТМ** оказывает прямое воздействие на человека – и на его тело, и на эмоции. Жизнь нашего организма основана на различных ритмах: дыхания, сердца.

**ГАРМОНИЯ** производится одновременным звучанием нескольких звуков, гармонирующих друг с другом. В душе человека преобладание диссонансов является выражением разлада, конфликтов.

**ТЕМБР** – окраска звука в музыке. Композитор, искусно сочетая различные инструменты в оркестре, может довести до исступления огромную аудиторию.

В современной медицине есть целое направление – музыкотерапия. Исследование С.В. Шушарджана свидетельствует, что музыка может способствовать более быстрому излечению от многих болезней. Очень важно прививать детям интерес и любовь к музыке как важной составляющей здорового образа жизни. Одна из возможностей, которая может быть использована для достижения этой цели – общение с детьми в музыкальных кружках.

**Музыкотерапия** – важная составляющая музыкально-оздоровительной работы в ДОУ. Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание. Утром встречают детей, укладывают спать, поднимают после дневного сна под соответствующую музыку, используют ее в качестве фона для занятий, свободной деятельности. Музыкальные занятия с использованием технологий здоровьесбережения эффективны при учете индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов. Успех занятий невозможен без совместной деятельности музыкального руководителя и воспитателя, который активно помогает, организует самостоятельное музицирование детей в группе.

Ритмическая организация является основой жизни. Всё, окружающее нас, живёт по законам ритма. Данные физиологии и психологии доказывают тесную взаимосвязь слуховых ощущений с мышечными. Ритмические движения способствуют активизации различных анализаторных систем. Поэтому развитием чувства ритма рекомендуется заниматься с самого раннего детства и в доступной для дошкольников форме: ритмических упражнениях и играх. Ритмопластика – развивает умение чувствовать и передавать характер музыки. Основная направленность элементов ритмопластики на музыкальных занятиях, – психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного ("музыкального") инструмента.

Танцы, ритмичные движения – физиологическая потребность детского развивающегося организма. Они мобилизуют физические силы, вырабатывают грацию, координацию движений, музыкальность, укрепляют и развивают мышцы, улучшают дыхание, активно влияют на кровообращение, способствуют выработке многих веществ, необходимых детскому организму. Быстрота реакции, координация движений, осознанное овладение танцевальными, ритмическими движениями имеют значение и для умственного развития детей. На музыкальных занятиях ребенок занимается ритмопластикой в коллективе, а это способствует развитию у детей организованности, дисциплины, ответственности, взаимовыручки, внимательного отношения к окружающим, самостоятельности.

Влияние музыки так же велико и в логоритмике. Задачи логоритмики определяются как оздоровительные, образовательные (познавательные, воспитательные, коррекционные). В результате решения оздоровительных задач у детей с речевыми нарушениями укрепляется костно-мышечный аппарат, развиваются дыхание, моторные, сенсорные функции, воспитывается чувство равновесия, правильная осанка, походка, грация движения. Занятия с элементами логоритмики осуществляются в тесном контакте с логопедом, который консультирует, на какие звуки следует подбирать речевой и песенный материал. Особенность применения этих упражнений заключается в том, что, кроме развития голосовых данных и мышечного аппарата ребенка, развиваются детские эмоции, пробуждается его мысль и фантазия.

Важное место на музыкальных занятиях занимают пальчиковые игры и сказки, которые исполняются как песенки или произносятся под музыку. Игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к рисованию, письму, соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление).

Успешность реализации любого направления здоровьесберегающей деятельности зависит от тесного сотрудничества педагогов и родителей. Без их участия и поддержки результаты по здоровьесбережению будут минимальными. Для привлечения родителей к совместной деятельности используются эффективные формы работы. Проводятся литературно-музыкальные гостиные, театрализованные постановки; беседы о влиянии музыки на здоровье дошкольников. Это способствует повышению компетентности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей, установлению тесных эмоциональных контактов между детьми и родителями, а также психологическому комфорту дошкольников. В результате занятия музыкой улучшают концентрацию внимания и его продолжительность, снижается импульсивность, музыка оказывает успокаивающие воздействие на большинство гиперактивных детей. Улучшается речевая и сенсомоторная функция организма, повышается ориентировка в пространственно-временных отношениях, развиваются познавательные интересы ребенка.

Музыка помогает создать полноценные условия для сохранения здоровья детей, развивает интерес к занятиям, включающим здоровьесберегающие технологии, внедрить эти технологии в ежедневный образовательный процесс, закрепить навыки и умения детей с целью улучшения физического здоровья, голосовых и музыкальных данных, а также здоровья психики ребенка и комфортного состояния в образовательном процессе.

Известно, что еще Пифагор, Аристотель, Платон обращали внимание современников на профилактическое и лечебное воздействие музыки. Они утверждали, что музыка устанавливает порядок и гармонию во Вселенной, в том числе и нарушенную болезнями гармонию в человеческом теле. В современной медицине есть целое направление – музыкотерапия. Очень важно прививать детям интерес и любовь к музыке, как важной составляющей здорового образа жизни.

**Для детей… Какая музыка успокоит и вдохновит ребенка?**

Какую же музыку надо включать детям дома и какого эффекта от нее можно ожидать? А какая может нанести больше вреда, чем пользы?

Каждая мама мечтает, чтобы ее малыш рос спокойным и радостным, был успешным, хорошо учился и обладал лидерскими качествами. Однако жизнь зачастую оказывается гораздо сложнее, а взросление малышей и познание ими мира сопровождается постоянными стрессами. Малыш познает свое «я» и отстраивает личные границы, борется и реальными и иррациональными страхами, и страдает от первых неудач. В такие моменты особенно хочется поддержать взрослеющую личность. И сделать это можно не только прямым способом – нотациями и активным воспитанием, но и мягко, ненавязчиво – например, при помощи классической музыки. Давно замечено: правильно подобранная классическая музыка удивительным образом успокаивает нервную систему ребенка, дает вдохновение, энергию и концентрацию внимания.

Какую же музыку надо включать детям дома и какого эффекта от нее можно ожидать? А какая может нанести больше вреда, чем пользы?

**Музыка не для детских ушей**

Помимо однозначно полезной музыки для детей, существует и та, которую при детях слушать не очень правильно, и включать им фоном явно не рекомендуется. В первую очередь, это касается музыки, в которой превалируют ударные инструменты.

Не стоит нервировать нежный детский слух тяжелой музыкой вроде хард-рока и хэви-метала. Хотя все больше экспертов и психологов сейчас говорят не о жестком требовании неким критериям, а призывают к разнообразию и гибкости, но все они признают: очень громкая и шумная музыка может провоцировать истерики и даже агрессию у детей.

Вряд ли окажут пользу детям песни, где присутствует нецензурная лексика.

Если ваш ребенок чрезмерно активен, и при помощи музыки вы стремитесь успокоить его нервную систему, не перебарщивайте с излишне спокойной лирической и нудной музыкой. Сделав личную подборку приятных уху и мозгу композиций, стоит включать их точечно, по 20-30 минут несколько раз в день. Если же заунывная музыка будет звучать в доме, где находится ребенок с утра до вечера, это может также вызывать раздражение. Либо ваш ребенок научится абстрагироваться и ее «не слышать».

**Как составить плейлист?**

Понаблюдайте за ребенком. Какая музыка ему больше по душе, к какой он прислушивается, а какая ему неинтересна или его раздражает.

Плейлист не должен включать в себя исключительно классические композиции. Некоторые особо предрасположенные к перфекционизму мамы полагают, что их дети должны слушать исключительно Моцарта и Бетховена по утрам, и Шуберта вечерами. Это не совсем правильно.

Список произведений, который включается для детей, должен состоять и из классической музыки, и из народной, и из джазовой, и из легкой детско-эстрадной. Хорошая подборка произведений должна быть разнообразна и пробуждать детский интерес, а не провоцировать равнодушие или отрицание.

Из классических композиторов, самую большую популярность в качестве «автора для детей» приобрел Моцарт. Одно время говорили о несомненной «эффекте Моцарта», приводя в пример быстро восстанавливающихся недоношенных детей, прослушивающих произведения композитора, а также тех, у кого музыка Моцарта развивала творческие способности и гармонизировала нервную систему. Сейчас безусловный «эффект Моцарта» подвергают сомнению, однако родители, включающие его музыку дома в присутствии своих детей все так же продолжают отмечать ее позитивное влияние на малышей.