**Консультация для родителей «Музыкотерапия»**

**Подготовила: музыкальный руководитель Ларина Т.Ю.**

*«****Музыка – это лекарство****, которое слушают»*

**Музыкотерапия** – это контролируемое использование **музыки** в коррекции психоэмоциональной сферы ребёнка.

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)

- пассивную (прослушивание стимулирующей, успокаивающей или стабилизирующей **музыки** специально или как фон) формы **музыкотерапии**.

Непосредственное лечебное действие **музыки** на нервно-психологическую сферу детей происходит при ее пассивном или активном восприятии.

**Музыкотерапия**позволяет решить ряд проблем:

- преодолеть психологическую защиту ребенка – успокоить, или наоборот, настроить, активизировать, заинтересовать, установить контакт между взрослым и ребенком, помогает развивать коммуникативные и творческие возможности ребенка, занять его увлекательным делам – **музыкальными играми**, пением, танцами, движениями под **музыку**, импровизацией на **музыкальных инструментах**.

Слушание правильно подобранной **музыки** с выполнением психогимнастических этюдов повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание.

Современные сведения, наложенные на древнейшие знания, показывают, что звуки различных **музыкальных**инструментов по-разному влияют на организм человека:

• звучание ударных инструментов способно дать ощущение устойчивости, уверенности в будущем, физически взбодрить, придать человеку силы;

• духовые инструменты влияют на формирование эмоциональной сферы, причем медные духовые мгновенно пробуждают человека ото сна, делают его бодрым, активным;

• **музыка**, исполняемая клавишными инструментами, особенно фортепианная, соответствует интеллектуальной сфере человека. Не случайно звучание рояля называют самой математической **музыкой**, а пианистов относят к **музыкальной элите**, которая обладает четким мышлением и очень хорошей памятью;

• струнные инструменты прямо воздействуют на сердце. Они, в особенности скрипки, виолончели и гитары, развивают в человеке чувство сострадания;

• вокальная **музыка** влияет на весь организм, но больше всего на горло.

Наше дыхание ритмично. Если мы не выполняем тяжелые физические упражнения и не лежим спокойно, то обычно делаем в среднем 25-35 вдохов в минуту. Замедлив темп **музыкального произведения**, можно сделать дыхание более глубоким, спокойным.

На **музыку** реагирует и температура тела. Громкая **музыка** с сильными ритмами может повысить температуру на несколько градусов и согреть в холод, в то время как мягкая **музыка способна***«охладить»* нас.

В **детском саду и дома музыка** необходима детям в течение всего дня. Это не значит, что она должна звучать непрерывно и громко.

**Музыка** должна прослушиваться детьми дозировано, в зависимости от времени суток, вида деятельности,даже настроения детей:

• утром рекомендуется включать солнечную мажорную классическую **музыку**, добрые песни с хорошим текстом;

• для расслабления, снятия эмоционального и физического напряжения, для приятного погружения в дневной сон необходимо воспользоваться благотворным влиянием мелодичной классической и современной релаксирующей **музыки**, наполненной звуками природы (шелест листьев, голоса птиц, стрекотание насекомых, шум морских волн и крик дельфинов, журчание ручейка). Дети на подсознательном уровне успокаиваются, расслабляются;

• пробуждению детей после дневного сна поможет тихая, нежная, легкая, радостная **музыка**. Детям легче и спокойнее переходить из состояния полного покоя к активной деятельности.

***СПИСОК МУЗЫКАЛЬНЫХ ПРОИЗВЕДЕНИЙ,***

***РЕКОМЕНДУЕМЫХ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ МУЗЫКОТЕРАПИИ***

**Музыка**для свободной деятельности детей:

Бах И. *«Прелюдия до мажор»*, *«Шутка»*

Брамс И. *«Вальс»*

Вивальди А. *«Времена года»*

Кабалевский Д. *«Клоуны»*, *«Петя и волк»*

Моцарт В. *«Маленькая ночная серенада»*, *«Турецкое рондо»*

Мусоргский М. *«Картинки с выставки»*

Чайковский П. *«****Детский альбом****»*, *«Времена года»*, *«Щелкунчик»*

Шопен Ф. *«Вальсы»*

Штраус И. *«Вальсы»*

**Детские песни**:

*«Антошка»* *(Ю. Энтин, В. Шаинский)*

*«Бу-ра-ти-но»* *(Ю. Энтин, А. Рыбников)*

*«Будьте добры»* *(А. Санин, А. Флярковский)*

*«Веселые путешественники»* *(С. Михалков, М. Старокадомский)*

*«Все мы делим пополам»* *(М. Пляцковский, В. Шаинский)*

*«Где водятся волшебники»* *«Да здравствует сюрприз»* Ю. Энтин, М. Минков

*«Если добрый ты»* (из м/ф *«Приключения кота Леопольда»* М. Пляцковский, Б. Савельев)

*«Колокола»*, *«Крылатые качели»* Ю. Энтин, Г. Гладков

*«Настоящий друг»* (из м/ф *«Тимка и Димка»*, М. Пляцковский, Б. Савельев)

*«Песенка Бременских****музыкантов****»* *(Ю. Энтин, Г. Гладков)*

*«Прекрасное далеко»* (из к/ф *«Гостья из будущего»* Ю. Энтин, Е. Крылатов)

*«Танец маленьких утят»* *(французская народная песня)*

**Музыка**для пробуждения после дневного сна:

Боккерини Л.»Менуэт»

Григ Э. *«Утро»*

Лютневая **музыка ХYII века**

Мендельсон Ф. *«Песня без слов»*

Моцарт В.»Сонаты»

Мусоргский М. *«Рассвет на Москва-реке»*

Сенс-санс К. *«Аквариум»*

Чайковский П. И. *«Вальс цветов»*, *«Зимнее утро»*, *«Песня жаворонка»*

**Музыка для релаксации**:

Бетховен Л.»Лунная соната»

Глюк К. *«Мелодия»*

Григ Э. *«Песня Сольвейг»*

Дебюсси К. *«Лунный свет»*

Римский-Корсаков Н. *«Море»*

Сен-Санс К. *«Лебедь»*

Чайковский П. И. *«Осенняя песнь»*, *«Сентиментальный вальс»*

Шопен Ф. *«Ноктюрн соль минор»*

Шуберт Ф. *«Аве Мария»*, *«Серенада»*