

Музыкальная аптека

Ещё в древности медики полагали, что музыка способна вылечить человека. Многие видные деятели, как медицины, так и искусства, считали силу воздействия музыки на человека целебной. А воздействие музыки на ребёнка неоценимо. Музыка способна регулировать состояние души ребёнка: она помогает ему преодолеть неуверенность, растерянность, страх, печаль, боязнь чего то, помогает поднять настроение, работоспособность. Музыка помогает восстановить нервную систему ребенка. Например, чересчур возбужденный малыш благодаря спокойной мелодии может успокоиться, сосредоточиться, слушая, тихую колыбельную спокойно уснуть, а ритмичная музыка способна взбодрить нерешительного тихоню.

Под музыку выстраивается ритмика организма, при которой физиологические реакции протекают наиболее эффективно. При умело подобранной мелодии снижается утомление, улучшается самочувствие.

В классическую релаксационную входят следующие произведения:

- 1. А. Вивальди «Зима»***
- 2. Ф. Шуберт «Аве Мария» или 2-я часть 8-й симфонии***
- 3. И.-Х. Бах Ария из сюиты №3 или медленные части из Бранденбургских концертов.***
- 4. В. Беллини «Каватина Нормы»***
- 5. Л. Ван Бетховен: вторые части фортепианных сонат 8, 14, 23***
- 6. П. Чайковский: Анданте кантабиле из 5й симфонии***
- 7. П. Чайковский «Июнь» и «Октябрь» из цикла «Времена года»***
- 8. Д. Шостакович «Романс» из кинофильма «Овод»***

К активизирующим настроению музыкальным произведениям относятся:

1. *В. А. Моцарт : первые и третьи части из фортепианных сонат и концертов, «Рондо» из маленькой ночной серенады, отрывки из оперы «Волшебная флейта»*
2. *П. Чайковский вальсы из балетов «На тройке» из «Времени года», отрывок из финала 4-й симфонии.*
3. *А. Вивальди «Весна»*
4. *С. Прокофьев: 1-я часть 1-й симфонии.*
5. *М. Глинка «Романсы»*
6. *Л. Боккерини «Менуэт»*

Кстати, универсальная музыка, которую чаще всего «прописывают больным», - Это произведения Моцарта. Поп – музыка обладает навязчивым ритмом и незаконченностью фраз, поэтому специалисты не рекомендуют слушать её детям – дошкольникам.



И запомните ещё одно: музыкальная программа не должна затягиваться более чем на 15 – 20 минут, и лучше, если это будут мелодии без слов

В целом музыка развивает навык «вслушивания»,

способствует развитию воображения, фантазии,

возникновению положительных эмоций.

Помните! Музыку следует пропустить через себя. Как это сделать? Просто тихонько подпевайте...