

Муниципальное бюджетное дошкольное общеобразовательное учреждение  
«Детский сад комбинированного вида №26»  
Челябинской области города Озерска

**Рекомендации родителям по музыкальному  
воспитанию детей в условиях семьи. Значение  
музыки для укрепления здоровья детей.**



Подготовила:  
музыкальный руководитель  
Зубрицкая Ирина Анатольевна  
I кв. категория.

г.Озерск  
2019

*«Влияние музыки на детей благотно, и чем раньше они начнут испытывать его на себе, тем лучше для них»  
(В.Г.Белинский)*

*«Музыка много дает для здоровья, если пользоваться ею надлежащим образом». Пифагор*

### **Значение музыки для укрепления здоровья детей**

Музыка всегда претендовала на особую роль в обществе и как один из видов искусства является одним из средств физического развития детей. Музыка, воспринимаемая слуховым рецептором, воздействует на общее состояние человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания.

Лечебное применение музыки имеет многовековую историю.

Древности медики полагали, что музыка способна помочь человеку выздороветь, когда он болен, считалось, например, что разные музыкальные инструменты по-разному влияют на здоровье человека.

Так, звуки скрипки способны излечить плохое настроение;

флейта помогает, когда у человека кашель;

если звучит альт, то улетучиваются невроты;

а арфа возвращает в доброе и бодрое расположение духа.

В Древней Греции звуками трубы лечили от радикулита и нервных болезней.

Гиппократ рекомендовал музыку от бессонницы. Древнекитайские врачи полагали, что музыкой можно вылечить любые болезни, и даже выписывали «музыкальные рецепты» для воздействия на тот или иной орган. На некоторых итальянских инструментах эпохи Возрождения можно увидеть надпись: «Музыка лечит душу и тело»

Знаменитая танцовщица Айседора Дункан утверждала, что естественные движения под музыку, передающие ее характер в нужном соответствии, являются не только эффективным приемом самовыражения, но и методом корректировки собственных эмоций. Словом существует множество примеров того, что многие видные деятели, как медицины, так и искусства, считали силу правильно подобранной для воздействия музыки целебной. В наше время интерес к благотворному влиянию музыки на здоровье людей возобновился. Уже повсеместно вошло такое понятие как музыкотерапия. Ее связывают с именами покровителей искусств и врачевания (Аполлон и Асклепий).

Во 2-й половине XX в. группа ученых под руководством Дона Кемпбелла *благодарное воздействие музыки* на здоровье человека определила как “**Эффект Моцарта**”.

Среди людей, уставших от рок - и поп-музыки, начался настоящий бум! Все хотели слушать Моцарта! Причем не с целью просвещения, а чтобы лечиться и уметь. Д. Кемпбелл и его коллеги в течение 20 лет проводили многочисленные исследования и пришли к заключению, что музыка Моцарта оказывает благотворное положительное воздействие на здоровье и умственные способности человека. Конечно, слушать можно не обязательно Моцарта. Это может быть любое произведение классиков, которое соответствует вашему внутреннему душевному настрою. Не именно музыка Моцарта пронизана любовью ко всему человечеству. Его музыка гениально проста, чиста, светла, искренна. Не случайно ее автора во всем мире называют «солнечным» композитором. А в 2003 году Минздрав России признал музыкотерапию официальным методом лечения.

Музыка действует на многие сферы жизнедеятельности через три основных фактора: вибрационный, физиологический и психологический, она позволяет установить равновесие в деятельности нервной системы, совершенствовать дыхательную функцию, регулировать движения, корректировать темпераменты.

Наверняка слышали, что музыка оказывает лечебное воздействие на организм еще не рожденного ребенка. В утробе матери – ребенок слышит. Уже в 14 недель плод реагирует на ритм мелодии и громкость звучания, он определяет, нравится ему эта музыка или нет. Младенец рождается с практически с неразвитым зрительным анализатором, но он уже способен различать многие звуки и необычайно чутко реагировать на них (вздрагивание, моргание, плач, замирание). Поэтому я призываю всех родителей: - **пойте своим детям колыбельные песни!** Они обладают огромной силой внушения, становятся для малыша главным ориентиром в жизни. Р.Гамзатов говорил: «Песня матери – главная песня в мире, начало всех человеческих песен». Я считаю, что Колыбельная – **оберег** на всю жизнь, она ограждает ребенка от болезней и любых неприятностей. Колыбельная – заговор, молитва на здоровье от сглаза, от чужого вредного воздействия.

### **Значение пения**

Трудно переоценить для здоровья детей и значение пения. Человек, регулярно занимающийся пением, объективно укрепляет свое и физическое, и психическое здоровье, и **звучание его голоса – показатель этого здоровья.**

## ***Зачем Вашему ребенку нужна музыка?***

Уважаемые родители, сегодня мы вместе с вами попытаемся ответить на вопросы:

1. Зачем нужна музыка Вашему ребенку?
2. Почему музыка необходима детям в раннем возрасте?

Что это дает?! В Японии был проведён эксперимент, в ходе которого в одной из групп детского сада проводились занятия музыкой, а в другой, параллельной группе – нет. Позже оказалось, что у тех детей, которые занимались музыкой, была лучшая концентрация внимания, что они гораздо быстрее запоминали новый материал и намного лучше его усваивали, чем дети, у которых уроки музыки не проводились. Такие чудеса, творимые музыкальными мелодиями, объясняются тем фактом, что благодаря её положительному влиянию на мозг, активизируются соединения между нервными клетками.

Самым важным периодом для развития мозга и нервной системы являются первые шесть лет жизни ребенка. Именно поэтому следует как можно раньше начинать музыкальное развитие ребёнка.

Дети раннего возраста не очень хорошо говорят, действия их ограничены, но эмоций они испытывают порой больше, чем взрослые люди. И вот здесь бесценную помощь оказывает музыка. Сила ее заключается в том, что она способна передавать смену настроений, переживаний - динамику эмоционально-психических состояний человека. Детям не нужно долго объяснять, что чувствует птичка, когда она замерзла или голодна; достаточно только сыграть грустную мелодию, и малыши с первых тактов начинают понимать состояние печали. Музыка помогает им осваивать мир человеческих чувств, эмоций, переживаний.

Исследования психологов и педагогов показывают, что занятия музыкой в самом раннем возрасте очень эффективны для общего развития ребенка.

Речь, координация движений, концентрация внимания, способность к обучению, способность слушать и слышать, видеть, чувствовать - вот далеко не полный список того, что могут развить занятия музыкой. В дальнейшем ему легче учиться в школе, проще воспринимать и запоминать новую информацию.

Дети, которые играют на музыкальных инструментах, обычно грамотнее других. Игра способствует развитию мозга через мелкую моторику пальцев рук, так как на кончиках пальцев сосредоточены нервные окончания всех внутренних органов организма.

Дети, которые обучаются музыке тяготеют к другим видам искусства (театральному, изобразительному)

История знает массу людей, талант которых многогранен и способности к одному роду занятий как бы дополняют способности к другому.

*Александр Сергеевич Грибоедов, русский писатель и дипломат, был еще*

композитором, пианистом и органистом.

*Михаил Иванович Глинка* прекрасно рисовал. *Энштейн* играл на скрипке...

Дети, обучающиеся музыке, обычно обнаруживают способности и тягу к другим видам искусства, потому что, помимо когнитивных способностей, музыка развивает эмоции, улучшает личностные качества.

Как помочь малышу приобщиться к музыке и какие задачи музыкального развития на этом этапе необходимо знать родителям.

- позаботиться о создании у малыша запаса любимых музыкальных произведений, выявить его музыкальные предпочтения;
- продумать условия для полноценного музыкального развития;
- приобщать ребёнка к основным видам музыкальной деятельности: слушанию и восприятию музыки, исполнительству, подпеванию простых песен, выполнению несложных танцевальных и игровых движений под музыку;
- побуждать малыша к музыкально-творческим проявлениям, к активности в музыкально-игровой деятельности.

Многие двухлетние дети с удовольствием слушают музыку. Ребёнок может сидеть тихо и слушать музыку, как взрослый. Но это ненадолго. Вот он с удовольствием уже прыгает сам, как зайчик, о котором только что слушал песенку.

- Обязательно перед прослушиванием песни или инструментального произведения поговорите с ним об их содержании. Используя мимику, выразительную интонацию голоса, сообщите малышу, что сейчас он будет слушать песню про птичку или про дождик. Постепенно малыш начнёт понимать, что музыка о чём-то, о ком-то рассказывает, и будет просить Вас сыграть песенку про зайчика или про медведя (если Вы не играете сами, надо иметь соответствующие аудиозаписи). Ну а если их у вас нет? Как быть в таком случае?
- Советую завести дома свою фонотеку или подборку дисков. Можете смело обращаться за помощью ко мне, т.к. такая фонотека классических, народных и детских песен уже имеется.

Главное условие – музыка должна нравиться и вызывать положительные эмоции.

- Ставьте детям как можно чаще классическую музыку. Многочисленные эксперименты показали, что под музыку таких композиторов как Моцарт, Вивальди, Бетховен дети успокаиваются, хорошо засыпают!
- Отбирайте музыкальные произведения с мелодичным и легким звучанием, без ярко выраженных ударных партий, так как они способны зомбирующе действовать на психику.

• Не включайте музыку громко! Если пренебречь этим правилом, ребенок может стать нервным, будет плохо спать, капризничать, ухудшится аппетит. Громкий звук травмирует нежную детскую нервную систему, а это может иметь крайне печальные последствия в будущем. Ни в коем случае не одевайте на ребенка наушники. Наши уши природой приспособлены для рассеянного звука. От направленного звука незрелый мозг может получить акустическую травму.

• Не ставьте детям тяжелый рок и его разновидности и клубную музыку - именно она способна нанести непоправимый урон детской психике!!!

• А если Вы сами играете на музыкальном инструменте? Считайте, что вашему ребёнку повезло. Тогда можно придумывать небольшие рассказы и иллюстрировать их музыкой.

Например:

«Серёжа с мамой приехали в деревню к бабушке. Идут они по улице, вдруг видят: маленькая птичка летит (играете песенку про птичку, к примеру «Птичка» муз. Т.Попатенко). Пропела птичка песенку и улетела. Идут они дальше, а вот и бабушкин домик. А навстречу им собачка выскочила и залаяла. Серёжа говорит: «Ты, собачка, не лай, я про тебя песенку спою» (звучит песенка про собачку, к примеру «Собачка» муз.М.Раухвергера). Услышала бабушка лай собачки, вышла во двор встречать дорогих гостей, обрадовалась и запела весёлую песенку («Кто у нас хороший» — русская народная мелодия)» и т.п.

В таком контексте малыш лучше воспринимает музыкальные образы и запоминает музыку.

- ✓ В возрасте 2-3 лет малыш уже способен различать детские музыкальные инструменты по тембру: например, отличает по звучанию колокольчик от дудочки, погремушку от барабана. (**Игра «На чем играет кошечка?»**) Активнее всего кроха включается в пение. Поэтому прежде всего надо подумать о содержании песенного репертуара. Для ребёнка третьего года жизни желательно подбирать песни с простой и привлекательной мелодией с конкретным, доступным, интересным для него содержанием. Текст должен быть не только понятным, но и легко произносимым, с повторением отдельных фраз, слогов. Занимаясь с малышом, пойте не более двух-трёх песенок.

### **Какие песенки хочется петь малышу?**

Конечно, про любимую кошечку.

1. Киска к детям подошла молочка просила  
молочка просила Мяу говорила.
2. Угостили молочком, кисонька поела  
кисонька поела песенку запела Мур!

Про собачку, белочку, птичку и др.

Непрерывно после песенки ребёнку захочется выполнить какие-либо движения по тексту песни (это характерно для данного возраста). Похвалите его, если он это сделал. Главное, чтобы ребёнок пел охотно и с удовольствием.

Музыка является необходимой частью музыкально-оздоровительной работы в детском саду. Малыши преобразуются на музыкальных занятиях: открывают свои сердца навстречу нежно льющимся звукам и открыто выражают свои чувства через песни. Я обобщила и систематизировала опыт работы по теме **«Система сохранения и укрепления здоровья детей раннего возраста в музыкальной деятельности ДОО»**. Целью работы по данной теме является организация музыкально-оздоровительной работы в дошкольной организации, которая обеспечивает каждому ребёнку укрепление психического и физического здоровья, выявление и развитие музыкальных и творческих способностей, формирование привычки к здоровому образу жизни. В основе работы - музыкальные здоровьесберегающие игры и упражнения, проведение которых занимает совсем немного времени, но приносит детям огромное удовольствие, а самое главное – пользу для здоровья и их эмоционального благополучия.

Особое место на музыкальных занятиях занимают **игры здоровьесберегающего характера.**

Это - пальчиковые игры и сказки, игровой массаж и дыхательная гимнастика. Пальчиковые игры, исполняются как песенки или произносятся под музыку. В ходе «пальчиковых игр» ребенок, повторяя движения взрослых, достигает хорошего развития мелкой моторики рук, которая не только оказывает благоприятное влияние на развитие речи, но и подготавливает ребенка к рисованию, письму.

«Наша бабушка», «Птичка» и др.

**Игровой самомассаж**

«Здравствуйте, ручки»

Не меньшей популярностью у детей пользуются **пляски под музыку.**

**(Танцетерапия)**

Они с удовольствием пляшут под песни, выполняя соответствующие тексту несложные движения: топают ножками, хлопают, полуприседают – эти движения естественны для маленьких.

Ребёнок любит танцевать в паре не только с мамой, но и с игрушкой

**Танец «Помирились», «Приседай!»**

Нашим детям очень нравятся танцы с атрибутами: цветочками, листочками, султанчиками, клубочками, снежинками, платочками. Ими можно помахать над головой, кружиться с ними, прятать их за спинку. Если малыш затрудняется, покажите ему эти движения. И, конечно же, поощряйте любое движение, самостоятельно придуманное малышом.

**Игры**

Не забывайте, что маленькие дети довольно консервативны, они предпочитают играть в уже известные им, хорошо усвоенные игры.

Естественно, разучивайте и новые игры. Наиболее популярными на третьем году становятся игры в догонялки: «Зайцы и лиса», «Птички и кошка», «Мыши и кот», «Цыплята и кошка», в которых первая часть предполагает выполнение образных движений, а во второй – малыш убегает от лисы, кошки.

На лесной лужайке  
Разбежались зайки  
Вот какие зайки,  
Зайки-побегайки!  
Сели зайчики в кружок  
Роют лапкой корешок.  
Вот какие зайки,  
Зайки-побегайки!  
Вот бежит лисичка,  
Рыжая сестричка.  
Ищет, где же зайки,  
Зайки-побегайки!  
Зайки прыгают по полянке.

Присаживаются, роют «лапкой»  
Лисичка бегаёт вокруг зайчиков.

Лиса: Вот вы где, зайчатки! Сейчас всех догоню! (Лисичка догоняет зайчат)  
По-прежнему нравится ребёнку игра в прятки. Под весёлую плясовую Вы с малышом танцуете, по окончании музыки предлагаете ему спрятаться. Он может отвернуться к стульчику или закрыть лицо ручками. Затем Вы начинаете его искать, приговаривая: «И здесь нет, и тут нет...» Наконец находите! Общая радость, ликование. Снова включаете музыку, игра продолжается.

**Игры на соби́рание предметов** (шишки, клубочки, орешки, грибочки)

**Игра «Мишка и шишки»**

Мишка по лесу гулял, мишка шишки собирал  
Шишки складывал в корзинку, а корзинку нес на спинке  
Вдруг - запнулся мишка, растерял все шишки  
Отыскать все шишки мы поможем мишке!  
Не ленись, не зевай и быстрее собирай!

А если используется для изображения персонажей элементы **костюмов, маски** животных то ваших детей просто не узнать – преобразуются, становятся важными и просто счастливыми.

Итак, дальнейшее развитие музыкальности во многом зависит непосредственно от Вас, уважаемые родители

**Считайте, что Ваши усилия не пропали зря, если Ваш малыш:**

- Может подолгу и заинтересованно слушать детские песенки, несложные музыкальные пьесы, с радостью узнаёт знакомую мелодию;
- Различает музыкальные звуки по высоте, длительности, тембру и силе звучания;

- 
- Любит петь знакомые песни, поёт эмоционально. В зависимости от речевого развития может спеть всю песню (или один куплет) или подпевать отдельные фразы;
  - Поёт самостоятельно в повторяющейся игровой ситуации. Чаще всего ребёнок этого возраста не пропевает верно мелодии, однако не останавливайте его, главное – поддерживать его желание петь;
  - С удовольствием танцует, играет под музыку. Танцует в паре и один;
  - Выполняет несложные движения, меняет их в соответствии с изменением характера музыки или согласно тексту;
  - Охотно участвует в играх под музыку.

Следует принимать во внимание, что мелодия со словами влияет на детей сильнее, чем, мелодия без слов, а живое пение – сильнее, записанного на диск или флешку инструментального исполнения.

*Музыка, игра, пение, пляски создают положительные эмоции.*

А положительные эмоции – это внутреннее благополучие малыша, его душевное и физическое здоровье.

*И наша цель:* доставлять музыкальными занятиями удовольствие детям и занимаясь с ними музыкой, делать их жизнь лучше и счастливее!