

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 целесообразной. А воздействие музыки на ребёнка неопределимо. Музыка способна регулировать состояние души ребёнка: она помогает ему преодолеть неуверенность, растерянность, печаль, страх, боязнь чего-то, помогает поднять настроение, работоспособность. Музыка помогает восстановить нервную систему ребёнка. Например, чересчур перевозбуждённый малыш благодаря спокойной мелодии может успокоиться, а ритмичная музыка способна взбодрить нерешительного ребёнка.

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

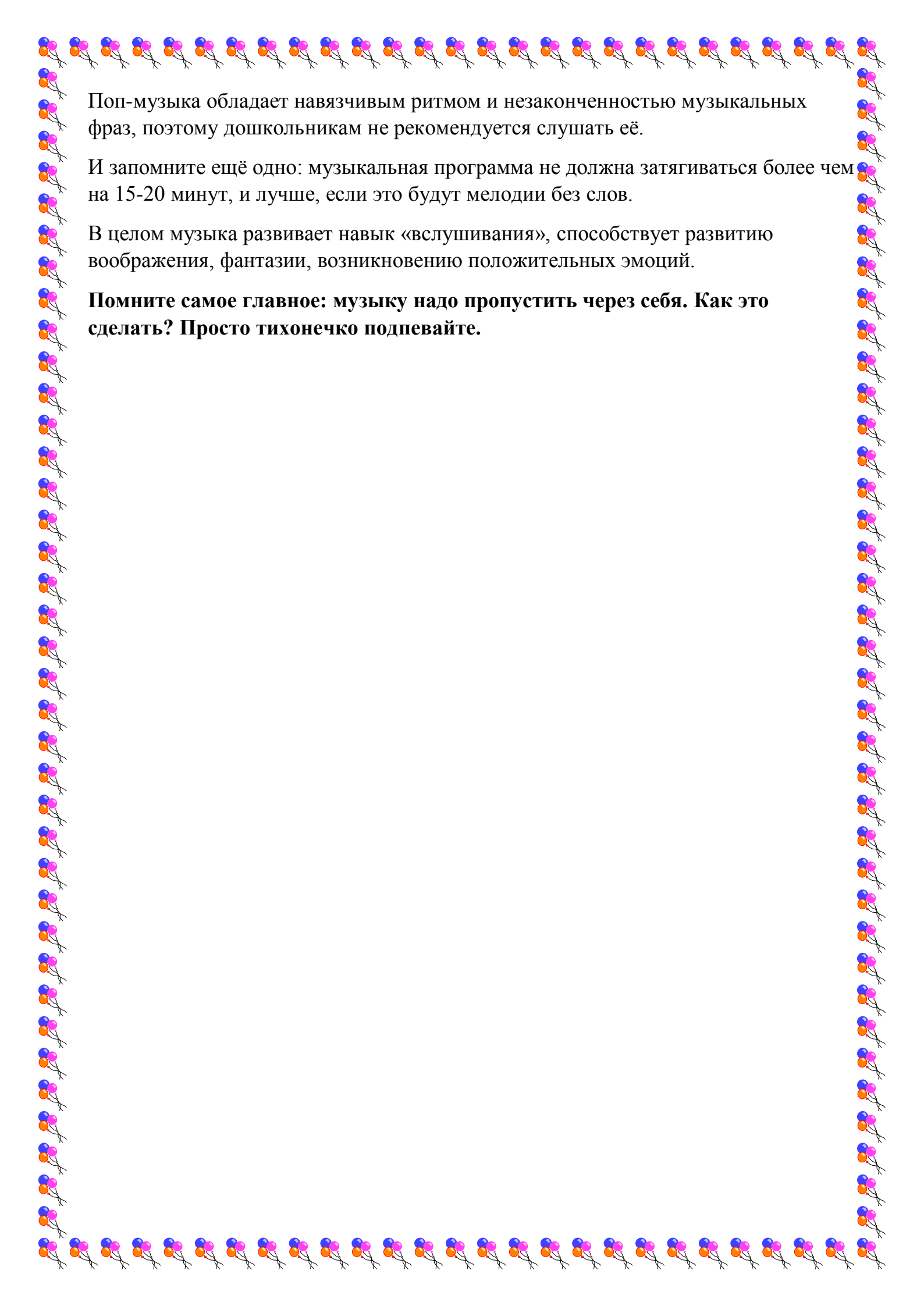
В классическую релаксационную программу входят следующие произведения:

- А. Вивальди: «Зима»
- Ф. Шуберт: «Аве Мария» или 2-я часть 8-й симфонии
- И.-С. Бах: «Ария из сюиты №3» или медленные части Бранденбургских концертов
- В. Беллини : «Каватина Нормы»
- Л. ван Бетховен : вторые части фортепьянных сонат 8,14,23
- П. Чайковский: анданте контрабасе из 5-й симфонии
- П. Чайковский: «Июнь» и «Октябрь» из цикла «времена года»
- Д. Шостакович: «Романс из к/ф «Овод»

К активизирующим настроение музыкальным произведениям относятся:

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

Кстати, универсальная музыка, которую чаще всего «прописывают больным», - это произведения Моцарта.



Поп-музыка обладает навязчивым ритмом и незаконченностью музыкальных фраз, поэтому дошкольникам не рекомендуется слушать её.

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 самое главное: музыку надо пропустить через себя. Как это сделать? Просто тихонечко подпевайте.