

Муниципальное дошкольное образовательное бюджетное учреждение  
детский сад № 43  
муниципального образования Кореновский район

## **Консультация для родителей «Музыка и здоровье детей»**

Музыкальный руководитель: Ганжула М.Е.

г. Кореновск

## Консультация для родителей «Музыка и здоровье детей»

Музыка занимает в нашей жизни значительное место. Почему?

Ещё первобытные люди верили, что звук магическим образом соединяет силы неба и земли. Радостно на душе – сама просится на волю весёлая, бодрая песня. Задумался, замечтался – на ум приходит мелодия неторопливая, задумчивая. А горе навалилось – ничто не выразит так, как музыка, боль и скорбь человеческую.

Древние философы Платон и Аристотель считали музыку лекарством, исцеляющим не только тело, но и душу.

Древние китайцы считали, что музыка избавляет порой от тех недугов, которые неподвластны врачам.

Современные исследования показали, что человеческое тело находится в постоянной музыкальной вибрации. Учёные установили, что музыка воспринимается разными зонами человеческого мозга. Расшифровав компьютерные томограммы, исследователи составили «музыкальную карту мозга», где выяснилось, например, что аккорды в виде терции и тонического трезвучия воспринимаются только лобными долями головного мозга, отвечающими за наши положительные эмоции.

В современном мире есть такое понятие – *музыкальная терапия*.

Сегодня в Китае выпускают музыкальные альбомы с весьма неожиданными для европейца названиями: «Пищеварение», «Бессонница», «Мигрень». Есть также «Печень», «Лёгкие», «Сердце» и даже «Концерт для почки с оркестром». Китайцы принимают эти музыкальные произведения, как таблетки и лекарственные травы, чтобы поправить здоровье. Подобные сборники музыки издаются в Японии.

В Индии национальные напевы используются как профилактическое средство во многих больницах.

А в Мадрасе даже есть специальный центр по подготовке врачей – музыкотерапевтов. Ими уже найдены музыкальные пьесы для лечения гипертонической болезни и некоторых психических заболеваний, перед которыми традиционная медицина зачастую бессильна.

Наконец, и западные учёные, проведя многочисленные исследования и эксперименты, пришли к убеждению: некоторые мелодии действительно обладают сильным терапевтическим эффектом. Самый большой эффект на пациентов оказывают мелодии В.Моцарта: не слишком громогласные, но и не слишком тихие, плавные, но не занудные и не однообразные – очаровательные в своей простоте.

Этот музыкальный феномен, до конца ещё необъяснённый и поэтому загадочный, так и назвали «Эффект Моцарта».

Один из исследователей «Эффекта Моцарта», доктор Гордон Шоу объясняет: вибрация звуков создаёт энергетические поля, заставляющие резонировать каждую клеточку нашего организма. Мы поглощаем «музыкальную»

энергию, и она нормализует ритм нашего дыхания, пульс, артериальное давление, температуру, снимает мышечное напряжение. Поэтому правильно подобранная мелодия оказывает благоприятное воздействие на больных людей и ускоряет выздоровление.

- В Канаде струнные квартеты Моцарта играют на городских площадях, чтобы упорядочить уличное движение и тем самым снизить количество ДТП.

- Японцы проэкспериментировали: когда музыка звучит в пекарне, тесто подходит в 10 раз быстрее. Самая лучшая рисовая водка – сакэ, получается именно из дрожжей, «прослушавших» Моцарта.

- Замечено, что прослушав серенаду Моцарта, коровы давали вдвое больше молока.

- И самое актуальное НОУ-ХАУ – это необычный лазерный диск, помогающий избавиться от наркотической и алкогольной зависимости, создан у нас в Москве.

В первую минуту прослушивания слышится нечто неопределённое, вроде птичьего чириканья, а затем льётся музыка... Какая? Это известная классика – «Токката и фуга ре-минор» Баха. Музыка должна быть обязательно полифонической, то есть многоголосой.

**Для оздоровления организма музыкотерапевты советуют слушать:**

*на клеточном уровне* Звон

колоколов и колокольчиков.

М.Мусоргский, опера «Борис Годунов» — сцена коронавания.

С.Рахманинов, 2-ой концерт.

Ростовские колокольные звоны.

*При многих соматических заболеваниях, язве желудка, а также для положительного воздействия на психику:*

Произведения В.Моцарта.

*При язвенных болезнях желудка и гастрите* – сонаты Л.Бетховена.

*Снимают раздражительность и нервные напряжения:*

Л.Бетховен, Лунная соната.

П.И.Чайковский, Времена года.

П.И.Чайковский, Сентиментальный вальс.

Песни М.Таривердиева и А.Пахмутовой.

*Полное расслабление* Д.Шостакович,

«Вальс» к к/ф «Овод»

Свиридов, «Романс» к повести «Метель»

*Снимают зажатость, заторможенность, повышают творческий импульс:*

И.Дунаевский, «Марш» к к/ф «Цирк».

А.Хачатурян, «Танец с саблями».

*Поднимает давление:*

Мендельсон «Свадебный марш»

*Снижает давление:*

П.И.Чайковский «Лебединое озеро»

Э.Григ «Пер Гюнт».

*Тонизирующее, бодрящее действие:*

Брамс, «Венгерский танец».

Монти «Чардаш».

*Снимает головную боль:*

Огинский «Полонез»,

Бетховен, «К Элизе»

*Улучшает работу сердца:*

Л.Бетховен, «5-я симфония».

Равель, «Балеро».

С.Рахманинов, «Элегия».

Слушайте на здоровье!