

овательно,
ия по музыко-
ии дают богатый
общения, напо-
т жизнь радост-
и яркими
тлениями. Таким
ом, музыкотерап-
это действенный
д регуляции эмо-
ального благо-
ния дошколь-

АПИА

Духовная, религиозная музыка
становится душевное равновесие,
чувство покоя. Если сравнивать
музыку с лекарствами, то религиозная
музыка - анальгетик в мире звуков, то
есть она облегчает боль.



Подготовила:
музыкальный руково-
дитель высшей квали-
фикационной катего-
рии
Клеймёнова С.В.

г. Сасово 2016 г.

МБДОУДС

**Консультация
родител**

**Снятие стресса
детей дошколь-
ного возраста п
помощи муз**



мелодия – самый лучший стимулятор для возбуждения фантазии и лекарства от стресса».

В. Шекспир

В наше время отмечается увеличение числа детей с различными нарушениями психической сферы. В детских учреждениях приходится работать с детьми с ярко выраженными симптомами гиперактивности.

Основы психологической работы с детьми, специалисты отмечают, что в раннем возрасте одним из наиболее эффективных методов является музыкотерапия. Термин «музыкотерапия» имеет греко-латинское происхождение и в переводе означает «исцеление



Музыкотерапия – наиболее древняя естественная форма изменения эмоционального состояния, которой многие люди пользуются (осознанно или нет), чтобы снять психическое напряжение, успокоиться, сосредоточиться. Для этого не надо быть музыкантом – достаточно включить музыку.

Ученый Томатис пришел к удивительному открытию: «Ухо предназначено не только для того, чтобы слышать, но и чтобы питать энергией разум и тело.

Клетки мозга работают как маленькие батарейки-аккумуляторы. Они заряжаются не путем метаболизма тела, а с помощью энергии звуков».

После многочисленных экспериментов ученые пришли к выводу, что при нервных расстройствах, повышенной возбудимости, склонности к истерикам и капризам наиболее благоприятное воздействие на ребенка оказывает звукооперация. Если проводить сеансы звукооперации ежедневно по 20-30 минут, то уже через 10 дней малыш начнет вести себя более

то уже через 7-10 дней малыш начнет вести себя более взвешенно и адекватно. Музыка помогает решить эмоциональные проблемы, снять стресс или акцентировать внимание на эмоциях эмоциональной сферы личности ребенка прослушивая музыку для релаксации также записи - шумов природы (звуков моря, леса, грозы и т.д.)

При помощи музыкотерапии можно моделировать эмоции, поддерживать эмоциональное состояние и поведение ребенка.

Мажорные мелодии помогают уменьшить чувство тревоги и нервозности. Народная детская музыка дает ощущение безопасности. Расслабляющим действием обладают звуки флейты, игра на скрипке и фортепиано.

