

Филиал МАДОУ «Детский сад №3» «Детский сад №21»

КОНСУЛЬТАЦИЯ
для родителей
«МУЗЫКА-ЦЕЛИТЕЛЬНИЦА»

Составитель: Мокерова Е.А.,

музыкальный руководитель

*Я слышал, что стихами Авиценна
Писал рецепты для больных людей.
Я слышал, что излечивал мгновенно
Больных своею музыкой Орфей.*

Р. Гамзатов

Меланотерапия, или лечение музыкой, имеет тысячелетнюю историю. Жрецы еще в древности прекрасно знали, что некоторые звуки оказывают благотворное влияние на человека. В средневековых европейских городах во время эпидемий церкви звонили «во все колокола». Лишь в XX веке выяснилось, что звон колоколов содержит в себе особое резонансное ультразвуковое излучение, убивающее палочки такой болезни, как тиф или желтухи лишь за несколько секунд!

А ведь музыка состоит из отдельных звуков. И многие музыкальные созвучия обладают чудесным оздоравливающим воздействием.

Различные музыкальные инструменты по-разному воздействуют на человеческий организм. Каждый музыкальный инструмент действует на человека по-своему. Звуки фортепиано и скрипки прекрасно успокаивают нервную систему. Флейта обладает ярко выраженным расслабляющим действием, а при звуках кларнета изменяется кровообращение.

Почти любая классическая музыка, если ее просто слушать ежедневно в течение 15 минут, непременно улучшает настроение! А если вы заболели, то меланотерапевты пропишут строго определенную музыку, которая наилучшим образом будет способствовать исцелению. Большой популярностью у меланотерапевтов пользуется музыка Моцарта. Она легко успокаивает раздражительных и непослушных детей, хорошо воздействует на сердцебиение, регулирует ритм сердца, а также улучшает пищеварение.

Целебной силой обладает музыка и многих других композиторов-классиков. Наиболее часто меланотерапевты при различных заболеваниях прописывают великолепные музыкальные произведения Баха, Гайдна, Вивальди, Моцарта, Мендельсона, Бетховена, Шопена, Брамса, Дебюсси, Стравинского и Чайковского.

Уже в античных источниках мы находим множество свидетельств, говорящих о чудесных исцелениях, достигнутых при помощи музыки. Есть документы, которые свидетельствуют, что посредством пения жители Лесбоса избавились от тяжелых болезней. У средневекового итальянского теоретика музыки Джозефа Царлино мы находим свидетельства, как некто сенокрад звуками труб возвратил безумным прежнее здоровье, а звуками кифары изгнал чуму. Пророк Давид своим пением и игрой на кифаре излечил библейского царя Саула от приступов тяжелой депрессии.

Певец Орфей мог своим пением смягчить души не только людей, но и диких зверей и птиц. Звуками музыки умирятся раздоры, а звуками трубы восстанавливаются слух и речь глухонемых.

В «Одиссее» Гомера рассказывается о лечении Одиссея. Его рана от музыки и пения перестал кровоточить. Ахилл успокаивал свой гнев и ярость пением и игрой на лире. Римский врач Гален рекомендовал использовать музыку, как противоядие от укусов ядовитых змей.

При лечении тарантизма (укуса паука – тарантула) эффективным средством у итальянцев считались музыка и танец. Бальные в бешеном темпе танцевали до полного изнеможения танец под названием «Тарантелла», твердо веря, что яд останется в теле до тех пор, пока он не «вытанцуется».

Считалось, что без пения и музыкального сопровождения лекарство теряло свои лечебные свойства.

Устанавливались различные отношения между темпераментом пациента и предпочтением им того или иного характера музыки.

Например: - Дети меланхолики любят серьезную, грустную гармонию. Они очень любят посидеть в тишине, и послушать любимые мелодии.

Сангвиников всегда привлекает танцевальный стиль. Они не любят сидеть на месте, а им нравится громкая музыка и веселые музыкальные игры.

Такой стиль в музыке предпочитают и холерики.

Флегматиков трогают тонкие женские голоса, высокие интонации.

Музыка различного характера благотворно влияет на детей аллергиков.

Все дети по характеру очень разные. В соответствии с этим подбирается и музыкальный репертуар для детей. Некоторые великие духовные традиции разработали звуковые техники, которые вызывали не только общее состояние транса, но и обладали более специфическим воздействием на сознание.

Русский психиатр Корсаков – тоже в начале века писал: « Музыка благотворно влияет на настроение, а так как расстройство настроения составляет важный элемент душевных болезней, то полезное ее влияние весьма возможно».

Согласно А. Кирхеру – музыка оказывает оздоравливающее воздействие. Все явления во Вселенной - определенная комбинация колебательных движений (вибраций). Отдельным органом и системам нашего организма в здоровом состоянии присуще особое сочетание гармонических колебаний, нот.

Поэтому репертуар подбирается такой, чтобы дети чувствовали себя спокойно, были уравновешенными и эмоционально откликнулись на музыку различного характера. Каждый из нас – сложнейшее музыкальное произведение. Выявлена связь между вибрациями звуков и организмом. Низкие частоты соотносятся с нижней частью тела, высокие – с верхней.

Современные астрологи установили тесную взаимосвязь знаков Зодиака со звуками нотного ряда.

Овен – нота до

Телец – тональность до диез

Близнецы – нота ре

Рак – ре диез

Лев – ми

Дева – фа

Весы – фа диез

Скорпион – соль

Стрелец – соль диез

Козерог – ля

Водолей - ля диез

Рыбы – си

Когда человек заболевает, в мелодии его тела закрадываются фальшивы ноты. Даже мысли представляют собой вибрации и могут быть нездоровы, подобно сердцу, печени или легким. И если бы удалось технически зафиксировать музыку тела в здоровом состоянии, то мы получили бы уникальную возможность восстановить нормальные вибрации. Согласно теории Мэннерса, болезни возникают из – за нарушения гармонического баланса в общей вибрации организма. Человеческое тело является большим многоуровневым резонатором. Правильная музыка, подобранная для детей помогает достижению расслабления, успокаивая нервы, и через это приходит умственный мир и покой.

На музыкальных занятиях дети слушают пьесы, в которых звучат различные инструменты. Они действуют на органы детей по - разному.

Скрипка, фортепиано успокаивают нервы.

Флейта расслабляет

Виолончель врачует сердце

Гобой, кларнет подавляют функцию печени.

Правильно подобранная мелодия оказывает благоприятное воздействие на детей аллергиков, ускоряет выздоровление.

Современные исследования подтверждают целебные свойства произносимых звуков, которые во многом совпадают с рекомендациями, разработанными на Востоке.

Звук И – прочищает нос, лечит глаза

Звук У – укрепляет горло и голосовые связки.

Звуки В, М, Н,Э – улучшают работу головного мозга.

Ц, К,Щ, И – лечат уши

У, Ы, Х,Ч – улучшают дыхание.

Всем известно как полезны звуки природы. Выезжая на природу, получаешь огромный заряд энергии, ощущаешь в себе подъем духовных и физических сил, творческий потенциал в нашем теле три основных ритма – дыхание, биение сердца, и черепно-крестцовый ритм.

Музыка :

Влияет на дыхание, на сердечный ритм и давление. Может замедлить и уравновесить волны мозга.

Снижает мышечное напряжение и повышает подвижность и координацию тела.

Влияет на темп тела.

Регулирует выделение гормонов, снижает стресс.

Активирует иммунную функцию.

Может улучшить память и обучаемость.

Способствует повышению романтизма.

Стимулирует пищеварение.

Повышает упорство.

Помогает вырабатывать чувство безопасности.

Примерное расписание звучания фоновой музыки для ребенка

Время звучания	Преобладающий эмоциональный тон
7.30-8.00	Радостно-спокойный
8.40 – 11.00	Уверенный, активный
12.20 – 12.40	Умиротворенный, нежный
15.00 – 15.15	Оптимистично-просветленный, спокойный

Примерный репертуар фоновой музыки для детей старшего дошкольного возраста

Функция фоновой музыки	Примерный репертуар
Релаксирующая (<i>рас-слабляющая</i>)	К. Дебюсси «Облака» А.П. Бородин «Ноктюрн» из струнного квартета К.-В. Глюк «Мелодия»
Тонизирующая (<i>повышающая жизненный настрой</i>)	<i>тонус,</i> Э.Григ «Утро» из сюиты «Пер Гюнт» И.С.Бах «Шутка» И.Штраус «Весенние голоса» (вальс) П.И. Чайковский «Времена года» («Подснежник»)
Активизирующая (<i>возбуждающая</i>)	В.А. Моцарт «Маленькая ночная серенада» финал М.И. Глинка «Камаринская» В.А. Моцарт «Турецкое рондо» П.И. Чайковский «Вальс цветов» (балет «Щелкунчик»)
Успокаивающая (<i>умиротворяющая</i>)	М.И. Глинка «Жаворонок» А.К. Лядов «Музыкальная табакерка» К. Сен-Санс «Лебедь» Ф.Шуберт «Серенада»
Организирующая (<i>способствующая</i>)	И.С.Бах «Ария» из сюиты №3

<i>концентрации внимания при организованной деятельности)</i>	А. Вивальди «Времена года» («Весна») С. Прокофьев «Марш» (из симфонической сказки «Петя и волк») Ф. Шуберт «Музыкальный момент»
---	---

Гармоничная музыка – лучший психотерапевт. Музыка разнохарактерная, различного жанра, благотворно влияет на детей аллергиков, а также переход с одной деятельности (пение) на другую (танец) дает хороший заряд и энергию. Придает уверенность детям, освобождает от напряжения и влияет благотворно на здоровье детей.