******

***Развиваем детей музыкой.***

***Материалы для педагогического семинара.***

«Влияние музыки на детей благотворно,

и чем раньше они начнут его испытывать на себе,

тем лучше для них».

В.Г. Белинский

    Музыка один из видов искусства. Подобно живописи, театру, поэзии, она является художественным отражением жизни. Музыка служит взаимопониманию людей, пробуждает и поддерживает в них чувства родства, воплощает общественные идеалы, помогает каждому обрести смысл жизни. Прежде всего, её удивительной возможностью отображать переживания людей в разные моменты жизни. Люди радуются - это выливается в торжественные радостные звуки музыки; человек горюет – печальные звуки помогают выразить горе. Музыка сопровождает и влияет и формирует личность ребенка всю жизнь.
    В наш век интерес к влиянию музыки на организм человека заметно вырос. Многочисленные исследования показывают, что музыка действует на множество тонких регуляторных процессов, меняет работу различных органов и систем и в итоге благотворно или разрушительно влияет на здоровье человека. Так, русский физиолог И.Р. Тарханов доказал, что мелодии (именно мелодии), доставляющие человеку радость, благотворно влияют на сердечно-сосудистую систему: замедляют пульс, увеличивают силу сердечных сокращений, расширяют сосуды и нормализуют артериальное давление, в то время как раздражающая музыка вызывает противоположный эффект. Мелодичная музыка нормализует секрецию желудочного сока. По данным английского ученого Л. Демлинга, такое воздействие оказывают симфонические произведения. Он обнаружил, в частности, что прослушивание произведений Моцарта и Бетховена помогает быстрому заживлению язвы желудка. Ряд европейских исследователей установили, что наиболее благотворно на организм человека действует фортепианная и скрипичная музыка. Музыка оказывает общеукрепляющее воздействие! Этот факт доказал российский академик В. М. Бехтерев, который первым занялся изучением этого вопроса.
     Музыка и здоровье – эти понятия близки друг другу. Здоровье – бесценное достояние не только каждого человека, но и всего общества. При встречах, расставаниях с близкими и дорогими людьми мы желаем им доброго и крепкого здоровья, так как это основное условие и залог полноценной и счастливой жизни. Здоровье помогает нам выполнять наши планы, успешно решать жизненные задачи, преодолевать трудности, а если придется, то и значительные перегрузки. Доброе здоровье, разумно сохраняемое и укрепляемое самим человеком, обеспечивает ему долгую и активную жизнь.
    Болезненный, отстающий в физическом развитии ребенок быстрее утомляется, у него неустойчивое внимание, слабая память, низкая работоспособность. От здоровья, жизнерадостности детей зависят их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы.

Особенно эффективно оздоровительную работу проводить с использованием такого могучего средства в решении воспитательных, образовательных и коррекционных задач, как музыка. Тем более что именно музыка из всех видов искусства является самым сильным средством воздействия на человека.

В чем же заключается актуальность применения здоровьесберегающей технологии в музыкально-образовательной деятельности ДОУ:

– Высокий уровень заболеваемости детей.

– Эффективность музыкального воздействия на физиологию ребенка.

– Отсутствие единого целостного подхода в оздоровительной работе среди специалистов ДОУ.

– Повышение уровня профессиональной компетенции музыкального руководителя в условиях педагогики оздоровления.

В лечебных целях слушание музыки применяют с давних времён. Музыка несёт в себе мощное коммуникативное начало, в ней заложены широчайшие возможности общения. Действенной формой оздоровления является релаксация, которая необходима и эффективна на музыкальных занятиях, она помогает восстановить дыхание, снять напряжение, снизить утомление, подготовить ребенка к дальнейшему восприятию музыкального материала. Слушая музыку природы: звон ручейка, пение птиц, завывание ветра, стрекотание кузнечиков, шум морского прибоя, шелест листвы и ветра, ребёнок расслабляется, получает удовольствие, отвлекается от посторонних мыслей и успокаивается.

Музыку наш мозг воспринимает одновременно обоими полушариями: левое полушарие ощущает ритм, а правое – тембр и мелодию. Музыка обладает способностью оказывать воздействие на психоэмоциональное и физическое состояние человека.

***Основные составляющие музыки и их влияние на организм человека:***

МЕЛОДИЯ пробуждает не только эмоции, но и ощущения, влияет практически на все жизненные функции, в особенности на нервную систему, дыхание и кровообращение.

РИТМ оказывает прямое воздействие на человека – и на его тело, и на эмоции. Жизнь нашего организма основана на различных ритмах: дыхания, сердца.

ГАРМОНИЯ производится одновременным звучанием нескольких звуков, гармонирующих друг с другом. В душе человека преобладание диссонансов является выражением разлада, конфликтов.

ТЕМБР – окраска звука в музыке. Композитор, искусно сочетая различные инструменты в оркестре, может довести до исступления огромную аудиторию.

В современной медицине есть целое направление – музыкотерапия. Исследование С.В. Шушарджана свидетельствует, что музыка может способствовать более быстрому излечению от многих болезней. Очень важно прививать детям интерес и любовь к музыке как важной составляющей здорового образа жизни. Одна из возможностей, которая может быть использована для достижения этой цели – общение с детьми в музыкальных кружках.

Музыкотерапия – важная составляющая музыкально-оздоровительной работы в ДОУ. Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает напряжение и раздражительность, головную и мышечную боль, восстанавливает спокойное дыхание. Утром встречают детей, укладывают спать, поднимают после дневного сна под соответствующую музыку, используют ее в качестве фона для занятий, свободной деятельности. Музыкальные занятия с использованием технологий здоровьесбережения эффективны при учете индивидуальных и возрастных особенностей каждого ребенка, его интересов. Успех занятий невозможен без совместной деятельности музыкального руководителя и воспитателя, который активно помогает, организует самостоятельное музицирование детей в группе.

Ритмическая организация является основой жизни. Всё, окружающее нас, живёт по законам ритма. Данные физиологии и психологии доказывают тесную взаимосвязь слуховых ощущений с мышечными. Ритмические движения способствуют активизации различных анализаторных систем. Поэтому развитием чувства ритма рекомендуется заниматься с самого раннего детства и в доступной для дошкольников форме: ритмических упражнениях и играх. Ритмопластика – развивает умение чувствовать и передавать характер музыки. Основная направленность элементов ритмопластики на музыкальных занятиях, – психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела как выразительного ("музыкального") инструмента.

Танцы, ритмичные движения – физиологическая потребность детского развивающегося организма. Они мобилизуют физические силы, вырабатывают грацию, координацию движений, музыкальность, укрепляют и развивают мышцы, улучшают дыхание, активно влияют на кровообращение, способствуют выработке многих веществ, необходимых детскому организму. Быстрота реакции, координация движений, осознанное овладение танцевальными, ритмическими движениями имеют значение и для умственного развития детей. На музыкальных занятиях ребенок занимается ритмопластикой в коллективе, а это способствует развитию у детей организованности, дисциплины, ответственности, взаимовыручки, внимательного отношения к окружающим, самостоятельности.

Влияние музыки так же велико и в **логоритмике.** Задачи логоритмики определяются как оздоровительные, образовательные (познавательные, воспитательные, коррекционные). В результате решения оздоровительных задач у детей с речевыми нарушениями укрепляется костно-мышечный аппарат, развиваются дыхание, моторные, сенсорные функции, воспитывается чувство равновесия, правильная осанка, походка, грация движения. Занятия с элементами логоритмики осуществляются в тесном контакте с логопедом, который консультирует, на какие звуки следует подбирать речевой и песенный материал. Особенность применения этих упражнений заключается в том, что, кроме развития голосовых данных и мышечного аппарата ребенка, развиваются детские эмоции, пробуждается его мысль и фантазия.

Важное место на музыкальных занятиях занимают пальчиковые игры и сказки, которые исполняются как песенки или произносятся под музыку. Игры развивают речь ребенка, двигательные качества, повышают координационные способности пальцев рук (подготовка к рисованию, письму, соединяют пальцевую пластику с выразительным мелодическим и речевым интонированием, формируют образно-ассоциативное мышление).

Успешность реализации любого направления здоровьесберегающей деятельности зависит от тесного сотрудничества педагогов и родителей. Без их участия и поддержки результаты по здоровьесбережению будут минимальными. Для привлечения родителей к совместной деятельности используются эффективные формы работы. Проводятся литературно-музыкальные гостиные, театрализованные постановки; беседы о влиянии музыки на здоровье дошкольников. Это способствует повышению компетентности родителей в вопросах сохранения и укрепления здоровья детей, установлению тесных эмоциональных контактов между детьми и родителями, а также психологическому комфорту дошкольников. В результате занятия музыкой улучшают концентрацию внимания и его продолжительность, снижается импульсивность, музыка оказывает успокаивающие воздействие на большинство гиперактивных детей. Улучшается речевая и сенсомоторная функция организма, повышается ориентировка в пространственно-временных отношениях, развиваются познавательные интересы ребенка.

    Музыка способна непосредственно влиять на наш организм. Например, нервная система человека и мышцы способны усваивать ритм. Как часто мы начинаем приплясывать или, сами того не замечая, пристукивать пальцами при звучании ритмичной мелодии. А вот если включить спокойную и мелодичную музыку, биение сердца замедляется, дыхание становится более глубоким, а мозг успокаивается. Такое физиологическое влияние музыки на организм способно обеспечить усиление концентрации человека, повышение внимания и сосредоточенность.
    Также классическая музыка способна восстанавливать рефлексы у новорожденного. Поэтому врачи рекомендуют беременным слушать произведения Моцарта по несколько часов в день, а также включать классическую музыку в комнате ребенка в первые месяцы его жизни. Если, например, грудной ребенок постоянно слушает музыку, он раньше остальных произносит свои первые звуки и слова, так как музыка сама стимулирует его шевелить язычком, активизируя при этом умственную деятельность и как бы побуждая к общению.
    Отечественные композиторы С.Прокофьев, Д.Шостакович, Д.Кабалевский, М.Красев, В.Герчик, М.Раухвергер, Е.Тиличеева, А.Филиппенко и многие другие создали золотой фонд музыкальных произведений для детей, разнообразных по жанрам и тематике, музыкальной образности. Музыкальные произведения вызывают у детей определенное отношение к социальным явлениям. Через их содержание дети познают жизнь и труд своего народа, знакомятся с персонажами отечественной истории, понятием Родина, то есть – музыка способствует воспитанию чувства патриотизма. Под воздействием музыки движения становятся более точными, ритмичными. Улучшаются качества ходьбы, бега, вырабатывается правильная осанка. Динамические и темповые перемены в музыке также вызывают изменения в движениях, влияя на их скорость, степень напряжения. Пение улучшает произношение, развивает координацию голоса и слуха укрепляет детский голосовой аппарат — является своеобразным видом дыхательной гимнастики. Музыка вызывает у детей положительные эмоции, благотворно действующие на их нервную систему.
    Подготовить ребенка к школе — значит научить его действовать активно, творчески, осознанно. Этому во многом способствует правильно организованная работа в детском саду и семье по развитию самостоятельной художественной деятельности: театрально-игровой, изобразительной, музыкальной. Регулярно надо посещать родителям и детям концерты, театры, музеи!
    И вот тогда, наши дети, вырастут духовно богатыми, интересными, яркими личностями!

Подготовила музыкальный руководитель Синицына Е.В.

Январь 2022г.