

## Рекомендации для родителей:

### «Целебные звуки музыки»



Мир музыки - это мир чудесных звуков, который способствует коррекции психофизического здоровья детей в процессе их жизнедеятельности. Слушание правильно подобранной музыки повышает иммунитет детей, снимает раздражение, головную боль, восстанавливает спокойное дыхание. Звуки различных музыкальных инструментов по-разному влияют на организм.

**Духовые инструменты** влияют на формирование эмоциональной сферы.

**Медные духовые инструменты** мгновенно пробуждают человека от сна, делают его бодрым, активным.

**Звучание рояля** называют самой математической музыкой, а пианистов относят к музыкальной элите, которая обладает четким мышлением и очень хорошей памятью.

**Струнные инструменты** воздействуют на сердце. Особенно скрипки, виолончели и гитары, развивают в человеке чувство сострадания.

**Вокальная музыка** воздействует на весь организм, но больше на горло.

Дома музыка необходима детям в течение дня. Но это не значит, что она должна звучать непрерывно и громко. Она должна прослушиваться детьми дозированно, в зависимости от времени суток, настроения детей. Замечательно будет, если утром ребенок будет слушать солнечную мажорную классическую музыку или будет звучать нежная, легкая, радостная музыка.

Музыка – это звук, который может, как вылечить человека, так и сделать его больным. Я хочу вам рассказать о звуках, которые лечат. Но сначала мы должны сделать вместе с ребенком **дыхательную гимнастику**.

### **Дыхательные упражнения**

#### **«Говорилка»**

*Задаете ребенку вопрос, он отвечает, подражая.*

Как разговаривает поезд? Ту-Ту-Ту.

Как машина гудит? Би-Би-Би.

Как дышит тесто? Пых-Пых-Пых.

Как кричит сова? Ух-Ух-Ух.

#### **«Пчелка»**

*Сесть прямо, скрестив руки на груди и опустить голову.*

Пчелка сказала: Жу-Жу-Жу

(на выдохе произносим: ж-ж-ж, на вдохе разводим руками в стороны, расправляем плечи и говорим)

Полечу и пожужжу,

Детям меда принесу. (расправив руки, «пчелка» летает).

#### **«Косим траву»**

*Предлагаем ребенку покосить траву косой.*

Зу-Зу, Зу-Зу

Косим мы траву.

Зу-Зу, Зу-Зу

И направо я взмахну

Вместе быстро, очень быстро

Мы покосим всю траву.

Музыка состоит из музыкальных звуков, а с помощью звуков мы не только разговариваем, поем, но и можем себя вылечить. Вот эти **целебные звуки**:

Целебный звук «В»- лечит насморк

Целебный звук «З» - лечит горло

Целебный звук «Ж» - может излечить кашель

Целебный звук «Н» - излечивает головную и зубную боль

Целебный звук «И» - прочищает нос и лечит горло

Целебный звук «У» – укрепляет горло

Целебный звук «Х» – улучшает дыхание

Целебный звук «Щ» - лечит уши

Целебные звуки «О», «С» - лечат сердце

С помощью этих звуков можно предохранить себя и ребенка от простудных заболеваний. В течение дня нужно повторять каждый звук по 5-10 раз или использовать дыхательные упражнения. Можно использовать лечебные звуки и в песне.



ж.mp3

**Песня: «Целебные звуки» Лазарева М.Л.**

**Несколько упражнений для пробуждения:**

1. «Потягушка»
2. «Зайчата»
3. «Котята»
4. «Просыпайтесь, глазки!»

**Колыбельные для малышей**

1. «Баюкалка»
2. «Маленькие детки»

3. «И у ночи будет край...»

### **Список произведений для проведения музыкальной терапии**

1. Бах И. «Прелюдия до мажор»
2. Бах И. «Шутка»
3. Гайдн И. «Серенада»
4. Лядов А. «Музыкальная табакерка»
5. Моцарт В. «Маленькая ночная серенада»
6. Мусоргский А. «Картинки с выставки».
7. Свиридов Г. «Военный марш.»
8. Чайковский П. «Детский альбом»
9. Чайковский П. «Детский альбом»

### **Детские песни**

1. «Антошка» (Ю. Энтин, В.Шаинский).
2. «Весёлые путешественники» (С.Михалков, М.Старокадомский).
3. «Все мы делим пополам» (М. Пляцковский, В.Шаинский).
4. «Песня смелого моряка» (из м/ф «Голубой щенок», Ю. Энтин, Г. Гладков).
5. «Танец утят» (французская народная песня).

Подготовила музыкальный руководитель Якименко Елена Геннадьевна