

Консультация для родителей

«Влияние расслабляющей музыки на детей с ограниченными возможностями здоровья»

Музыка как самый эмоциональный вид искусства широко применяется в лечебных и реабилитационных целях. Успех такой деятельности обусловлен многоканальным спектром воздействия музыки, который затрагивает бессознательные слои психики, влияет на чувства человека, проникая сквозь защитные механизмы сознания в глубины бессознательного. Использование музыки в целях оздоровления души и тела имеет тысячелетнюю историю. Из самой ранней истории культуры дошло достаточно свидетельств о том, что музыка оказывает прямое воздействие на организм человека. Известно, что около четырех тысяч лет тому назад египтяне называли музыку «лекарством для души». Древние евреи использовали музыку в случаях как физических, так и психических нарушений.

Музыка обладает сильным психологическим воздействием на детей. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает расслабляет или наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния (от умиротворенности и покоя и гармонии до беспокойства, подавленности и агрессии).

В связи с этим важно обратить внимание на то, какую музыку слушают ваши дети.

Возбуждающая, громкая музыка, выражающая агрессивный настрой, лишает взрослого и ребёнка состояния уравновешенности, спокойствия, а при определённых условиях побуждает к разрушительным действиям. Особенно противопоказана такая музыка гиперактивным, расторможенным детям со слабым контролем, т.к. она усиливает проявления отрицательных свойств в поведении ребёнка.

Спокойная музыка, вызывающая ощущение радости, покоя, любви, способна гармонизировать эмоциональное состояние как большого, так и маленького слушателя, а также развивать концентрацию внимания.

Музыку можно использовать перед сном, чтобы помочь с трудом засыпающему ребёнку успокоиться и расслабиться. Когда ребёнок ляжет в постель, включите спокойную, тихую, мелодичную, мягкую музыку и попросите его закрыть глаза и представить себя в лесу, на берегу моря, в саду или в любом другом месте, которое вызывает у него положительные эмоции. Обратите внимание ребёнка на то, как расслабляется и отдыхает каждая часть его тела.

Примерами расслабляющего воздействия могут быть такие произведения, как «Баркаролла», «Осенняя песня», «Сентиментальный вальс» П.И.Чайковского, «Лебедь» К.Сен-Санса, Ноктюрн (фа-мажор, ре-бемоль мажор) Ф. Шопена.

Музыкальный руководитель:
Сухорукова М. А.

