**Памятка для родителей**

**«Как слушать музыку с ребенком?»**

Как долго?

Внимание ребенка 3-4 лет к непрерывно звучащей музыке устойчиво в течении 1-2,5 минут, а с небольшими перерывами в звучании между пьесами – в течении 5-7 минут. Слушание может быть более или менее продолжительным в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка, его физического состояния.

Как?

Заранее приготовьте магнитофон и кассету. Найдите на кассете пьесу, которую будете слушать. Определите силу звука. Музыка не должна звучать громко! Предупредите членов семьи, чтобы было тихо и чтобы в комнату во время звучания музыки не входили. Пригласите ребенка слушать музыку, можно позвать также и кого-то из членов семьи. И дети, и взрослые слушают музыку сидя.

Когда?

Выберите удобное для ребенка и взрослого время в течение дня (когда ребенок не увлечен игрой, не возбужден приходом кого-либо в дом, хорошо себя чувствует). Лучше всего – после завтрака или дневного сна.

Вторая кассета для детей составляется из песен, которые они поют на музыкальных занятиях. Если сделать запись в середине января, получится 6-7 песен. Одну и ту же песню запишите дважды: первый раз в исполнении только музыкального руководителя или вместе с детьми, второй раз – запись «минус один», т.е. только музыкальный аккомпанемент. Таким образом, ребенок получает возможность послушать песню и петь так, как ему захочется: в ансамбле (первый вариант), либо самостоятельно (второй вариант).

Необходимо, чтобы взрослые терпеливо и бережно поддерживали интересы ребенка к «его кассетам».

Слушать записи песен и подпевать ребенок может стоя, сидя, играя. Родители говорят, что дети, подпевая, часто усаживают в ряд свои игрушки (кукол, мишек) или рассматривают книги.

В начале апреля на кассеты записывают песни, которые дети пели с января. Родителям надо сохранять эти записи, не стирать их. Дети и в следующем году часто просят послушать свои песни.

Родители на детских утренниках – не только гости, но и участники. Дети приглашают их на парную пляску, вместе с ребятами они поют песни, участвуют в играх, а весной уже можно ставить маленькие инсценировки с участием не только ребенка, но и его родителей. В этом случае музыкальный руководитель уже проводит индивидуальные репетиции отдельно с каждым из родителей в удобное для него время, причем в отсутствие детей. Взрослых необходимо научить читать выразительно текст, разыгрывать сценку.



ЭТО ИНТЕРЕСНО

Музыкотерапия и ее влияние на человека

*Музыкотерапия может быть пассивной и активной. Активная – человек сам играет на каком либо инструменте, поет, пассивная – сеансы прослушивания музыки.*

*В Московском институте традиционной медицины разработаны и активно применяются музыкальные программы: «антистрессовая», «бронхиальная астма», «язвенная болезнь желудка», «гипертония».*

*Одна из форм музыкальной терапии – активные вокальные упражнения.*

*Установлено, что во время пения возникает особая вибрация внутренних органов. С одной стороны, она помогает диагностике, с другой – активизирует функции дыхания и кровообращения.*

*В Тамбове проводились исследования влияния музыки на улучшение работы сердца и мозга, в течении которого музыка помогает нормализовать сердечный ритм. Приборы зафиксировали явную активизацию головного мозга.*

*Максимальный эффект производит духовная музыка, колокольный звон, следствием этот является нормализация сна, снижения уровня тревожности, улучшения памяти и работоспособности.*

*Доктор медицинских наук, профессор Сергей Ваганович Шушарджан (одновременно и оперный певец) проводил исследования на опухолевых клетках. Подопытные культуры помещали в пространство между наушниками и подвергали воздействию 4 программ: классическая музыка, эстрадно – симфоническая, рок – музыка и средневековые духовные песнопения. Самый сильный эффект оказали духовные песнопения.*

*Колокольный звон влияет на работу кровеносных и лимфатических систем человека, известны опыты лечения психических заболеваний. Колокольный звон «убивает» микробы и бактерии (влияние ультразвука).*

*Музыка, воспринимаемая слуховым рецептором воздействует на общее состояние всего организма, вызывая реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания.*

*Пение развивает голосовой аппарат, укрепляет голосовые связки, улучшает речь (врачи-логопеды используют пение при лечении заикания). Правильная поза поющих регулирует и углубляет дыхание.*



**МУЗЫКА НА КУХНЕ**

**Даже кухонная посуда может быть музыкальным инструментом!**

       **Начнем с обыкновенных  ложек, лучше взять деревянные и ударять ими в нужном ритме о ладонь.**

       **Из кастрюли, вверх которой туго обтянут плотным полиэтиленом, получится барабан.**

       **Еще можно по алюминиевым кастрюлькам и ковшикам бить ложкой. Если не колотить, что есть силы, то получится отличный музыкальны инструмент.**

       **Если Вам понравилось, то попробуйте и исполните народную песню «Светит месяц» в сопровождении таких «музыкальных инструментов», как**

**♫ стаканы**

**♫  терки**

**♫  тарелки**

**♫  кастрюля с крышкой и т.д.**