

Музыка лечит

Музыка оказывает непосредственное влияние на здоровье. Ученые даже создали в официальной медицине целое направление - **музыкотерапию**.

Медики советуют:

-**скрипичная и фортепианная музыка**- для тех у кого не в порядке нервы.

-**арфа** незаменима в кардиологии.

-**виолончель** помогает людям с больными почками.

-**гобой и кларнет** придут на помощь печени.

-**флейта** запросто справится с бессонницей, а также поможет расслабиться.

-**саксофон** восстанавливает потенцию.

Психологи заметили, что, прослушав произведения **Гайдна** и **Моцарта**, большинство людей ощущают прилив бодрости. Моцарт же вообще многопрофилен. Его музыке приписывается снятие головной боли, усталости. Депрессии, избавление от простуды. Этот феномен, до конца ещё не объяснённый, так назвали - «эффект Моцарта».

Композиторы-романтики, такие как **Шопен, Шуберт, Лист, Чайковский**, хороши для снятия стресса. Причём неважно, слушаете ли вы музыку или исполняете её сами. Интересен ещё и тот факт, что в последнее время стала подтверждаться теория о потрясающем влиянии **вокального пения** на организм. Во время исполнения песни происходит как бы **мягкий массаж** горла, лёгких, бронхов, диафрагмы, что, безусловно тренирует и укрепляет, а звук, поглощаемый другими внутренними органами, стимулирует их работу. Поэтому неудивительно, что среди оперных певцов так часто

Встречаются долгожители.

=



Музыка и дети.

Музыка сопровождает человека на протяжении всей жизни. Доказано, что даже в перинатальном периоде развития дети реагируют на музыку, звучащую около их мамы – засыпают при звуках спокойной мелодии и начинают активно толкаться, услышав тяжелый рок. Крохи, едва научившись стоять, пытаются притоптывать под звуки детских песенок; дошкольники с радостью поют на утренниках в детском саду. Детские музыкальные инструменты для малышей развивают слух, тренируют двигательные навыки. Развивают обзорное мышление. Развитие мозга ребенка неразрывно связано с музыкой и ее восприятием. В процессе игры на инструментах ярко проявляются индивидуальные черты каждого: наличие воли, эмоциональность, сосредоточенность, воображение. Для многих этот вид деятельности помогает раскрыть духовный мир, преодолеть застенчивость и скованность. Замкнутые дети, играя на музыкальных инструментах, раскрепощаются, становятся более коммуникабельными, не стесняются выступать перед большой аудиторией. Как известно традиционное обучение на конкретном инструменте подавляет в ребенке страсть к импровизации, а порой и само удовольствие от процесса. Когда же обучение проходит как бы играючи, маленький музыкант сам того не понимая окунается в мир музыки с удовольствием, постепенно начиная понимать его язык. Наиболее доступными, а потому любимыми детьми являются шумовые музыкальные инструменты. Как известно, разнообразие шумовых инструментов велико. Внешняя привлекательность и необычность инструмента – главное, что влияет на возникновение интереса к нему детей и желание взять инструмент в руки. Детей привлекает не только звучание и вид инструмента, но и то, что они могут сами, без чьей-либо помощи, извлекать из них звуки.

Но нельзя забывать о том, что любая игрушка без участия родителей в игре теряет значительную долю своей привлекательности.

Очень важно, чтобы вы показали и научили.!