

Музыка - целитель здоровья



ГИТАРА
сердце



АРФА
легкие



БАРАБАН

позвоночник



ПИАНИНО
желудок



ТРУБА

поджелудочная
железа



САКСОФОН
почки



ГАРМОНЬ

толстый кишечник



СКРИПКА

тонкий кишечник



ГОБОЙ

желтый пузырь



ФЛЕЙТА

печень



Влияние Музыки на Человека

Музыкотерапия - как метод оздоровления

ОЗДОРОВЛЕНИЕ ОРГАНИЗМА НОТАМИ ОБЫЧНОЙ

ГАММЫ:

«ДО» - влияет преимущественно на функции желудка, селезёнки, поджелудочной железы;

«РЕ» – на желчный пузырь и печень;

«МИ» – улучшает функционирование нервов, печени и кишечника, почек. Этой нотой можно пользоваться при головных болях, болезнях печени и желудочно-кишечного тракта, запорах и несварениях, метеоризме, при кашле и, наконец, при плохой коже;

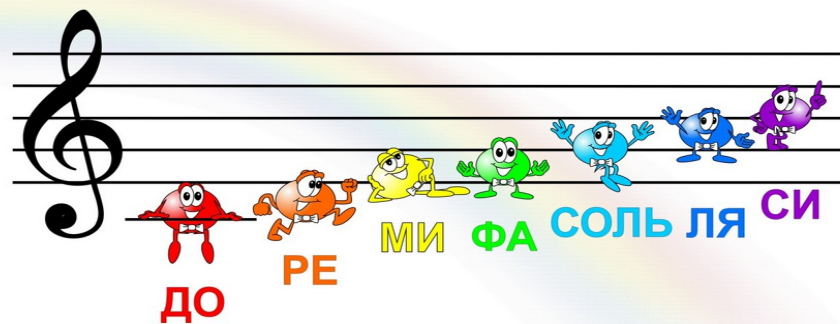
«ФА» – на мочеполовую систему;

«СОЛЬ» – на функции сердца, сосудов и тонкой кишки;

«ЛЯ» – на лёгкие и почки;

«СИ» – на функцию «формирования теплоты», на весь организм в целом.

**СЛУШАЯ И ПРОПЕВАЯ ОТДЕЛЬНУЮ НОТКУ, ВСЛУШИВАЯСЬ В НЕЁ,
ПЫТАЯСЬ ОПРЕДЕЛИТЬ, КАКОГО ОНА ЦВЕТА, МЫ МОЖЕМ ПОМОЧЬ СВОЕМУ
ТЕЛУ И СВОЕЙ ДУШЕ ПОБЫСТРЕЕ ВОССТАНОВИТЬ СИЛУ И ГАРМОНИЮ,
А ЗНАЧИТ, И ЗДОРОВЬЕ.**



Совместное производство
www.umnitsa-miass.ru
www.mamadelki.ru



АКТУАЛЬНОСТЬ МУЗЫКОТЕРАПИИ

ЗАКЛЮЧАЕТСЯ В:

- ❖ *ХУДОЖЕСТВЕННО - ЭСТЕТИЧЕСКОМ РАЗВИТИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ;*
- ❖ *ПРИБЛИЖЕНИИ ИХ К КЛАССИЧЕСКОЙ, НАРОДНОЙ И ЭСТРАДНОЙ МУЗЫКЕ;*
- ❖ *ОПТИМИЗАЦИИ ПРОЦЕССА ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ В СЛОЖНЫХ УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОЙ ОБЩЕСТВЕННОЙ ЖИЗНИ.*



ЦЕЛИ МУЗЫКОТЕРАПИИ

- ❖ *УКРЕПЛЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОГО И ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ;*
- ❖ *ВЫЯВЛЕНИЕ И РАЗВИТИЕ МУЗЫКАЛЬНЫХ И ТВОРЧЕСКИХ СПОСОБНОСТЕЙ;*
- ❖ *ФОРМИРОВАНИЕ ПРИВЫЧКИ К ЗДОРОВОМУ ОБРАЗУ ЖИЗНИ.*



ЗАДАЧИ МУЗЫКОТЕРАПИИ

- ❖ *ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ*
- ❖ *РАЗВИВАЮЩИЕ*
- ❖ *ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ*
- ❖ *РЕЧЕВЫЕ*
- ❖ *ВОСПИТАТЕЛЬНЫЕ*



Здоровьесберегающие технологии на музыкальных занятиях

- ❖ *Дыхательная гимнастика;*
- ❖ *Артикуляционная гимнастика;*
- ❖ *Пальчиковая гимнастика;*
- ❖ *Психогимнастические этюды, упражнения;*
- ❖ *Игровой массаж;*
- ❖ *Ритмотерапия;*
- ❖ *Логоритмика;*
- ❖ *Терапия творчеством (арт-терапия);*
- ❖ *Коммуникативные игры и танцы;*
- ❖ *Музыкальный аутотренинг;*
- ❖ *Улыбкотерапия;*
- ❖ *Сказкотерапия;*
- ❖ *Игротерапия.*



Применение музыкотерапии при:

- ❖ Отклонении в развитии;
- ❖ Речевых нарушениях;
- ❖ Поведенческих нарушениях;
- ❖ Сенсорном дефиците;
- ❖ Психосоматических заболеваниях;
- ❖ Психических отклонениях;
- ❖ Эмоциональной нестабильности.



Противопоказания музыкотерапии:

- ❖ Детям с предрасположенностью к судорогам;
- ❖ Детям, страдающим отитом;
- ❖ Детям, у которых резко повышается внутричерепное давление.



Мамам на заметку!!!

Список произведений классической музыки для регуляции психоэмоционального состояния детей :

- Для уменьшения чувства тревоги и неуверенности – «Мазурка» Шопен, «Вальсы» Штрауса, «Мелодии» Рубинштейна.
- Для уменьшения раздражительности, разочарования, повышение чувства принадлежности к прекрасному миру природы – «Кантата № 2» Баха, «Лунная соната» Бетховена.
- Для общего успокоения – «Симфония №6» Бетховена, часть 2, «Колыбельная» Брамса, «Аве Мария» Шуберта.
- Для снятия симптомов гипертонии и напряженности в отношениях с другими людьми – «Концерт ре-минор» для скрипки Баха.
- Для уменьшения головной боли, связанной с эмоциональным напряжением – «Дон Жуан» Моцарт, «Венгерская рапсодия №1» Листа, «Сюита Маскарад» Хачатуряна.
- Для поднятия общего жизненного тонуса, улучшение самочувствия, активности, настроения – «Шестая симфония», Чайковского, 3 часть, «Увертюра Эдмонд» Бетховена.
- Для уменьшения злобности, зависти к успехам других людей
- «Итальянский концерт» Баха, «Симфония» Гайдна.
- Для повышения концентрации внимания, сосредоточенности
- «Времена года» Чайковского, «Лунный свет» Дебюсси, «Симфония № 5» Мендельсона.
- Для уменьшения синдрома угнетения, повышения аппетита, ритмичного дыхания -Моцарт, Шуберт, Гайдн, вальсы из балетов Чайковского, «На тройке» из его же «Времен года», «Весна» из «Времен года» Вивальди, а также маршевые мелодии.



Музыкальные рецепты на разные

случаи жизни:

Стать центром Вселенной:

Шопен «Мазурка», «Прелюдии»,
Штраус «Вальсы»,
Рубинштейн «Мелодии»

Задобрить коллег и начальство:

Бах «Концерт ре-минор» для скрипки, Барток «Соната для фортепиано»,
Брукне «Месса ля-минор»

Отлично разгоняют утреннюю сонливость:

сонаты и концерты Антонио Вивальди, серенады Франца Шуберта

Для уменьшения злобности зависти к успехам других людей:

Бах "Итальянский концерт",
Гайдн "Симфония"

Слиться с природой:

Бах «Кантата № 2»,
Бетховен «Лунная соната»,
«Симфония ля-минор».

Вспомнить, «где мои 17 лет»:

Чайковский «6-я симфония»,
Бетховен «Увертюра Эдмонд»,
Шопен «Прелюдия 1,»,
Лист «Венгерская рапсодия»

Если предстоит напряжённая интеллектуальная работа:

весьма эффективна музыка Баха

Стать спокойным как мамонт:

Бетховен «Симфония № 6», Брамс «Колыбельная»,
Шуберт «Аве Мария»,
Шопен «Ноктюрн соль-минор»,
Дебюсси «Свет луны»

Вылечить головную боль:

Моцарт «Дон Жуан»,
Лист «Венгерская рапсодия»,

Хачатурян «Сюита Маскарад». Чашку крепкого кофе

в середине дня: заменят Гендель и Моцарт.

Для профилактики утомляемости: можно включить в звуковой рацион "Музыкальное утро" Грига или "Времена года" Чайковского

Выпустить пар:

Бах «Итальянский концерт»

*«Учу детей любить прекрасное
искусство,
Стремясь в сердцах у них посеять
благодать.
Стучусь в их души, пробуждаю
чувства,
Всегда готова петь для них, Шопена
поиграть.
И каждый раз, идя домой с работы,
Я думаю о том, что сквозь года
Поможет им моя забота,
Взойдут плоды совместного труда.»*



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ !

*Автор: Березенко Г.Г.
Муз. рук- ль МДОУ № 14,
г. Кингисепп*

