

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
муниципального образования город Краснодар

«Детский сад комбинированного вида «5»

(МБДОУ МО г. Краснодар «Детский сад №5»)

Консультация для родителей на тему:

«Музыка-лечит»

## Полезные воздействия звука



Подготовила:

музыкальный руководитель Козловская В. А.

г. Краснодар,

2023 г.

Музыка успокаивает, музыка лечит, музыка поднимает настроение... Занимаясь с детьми музыкой, мы укрепляем им здоровье. В далекие времена люди уже создавали музыкальные инструменты и с их помощью находили такие сочетания звуков и ритмов, которые завораживали, гипнотизировали человека. Многие музыкальные сочетания способствуют приливу сил, повышают эмоциональный тонус, побуждают человека к действиям. Систематические занятия пением развивают экономное дыхание, благотворно влияют не только на функции дыхательного аппарата, но и на стенки кровеносных сосудов, укрепляя их. **Звук, который зарождается во время пения, только на 15-20% уходит во внешнее пространство, потому что оставшаяся часть звуковой волны поглощается внутренними органами, приводя их в состояние вибрации. Это есть своеобразный вибрационный массаж внутренних органов может стимулировать и улучшать их работу.** Голос человека – это своеобразный индикатор здоровья человека. Люди, у которых сильные голоса, как правило, имеют крепкое здоровье. Петь полезно в любом случае, даже если нет ни слуха, ни голоса. О лечебных свойствах отдельных звуков, произносимых голосом, знали испокон веков. С их помощью лечили самые различные заболевания.

#### **Гласные звуки, которые мы поем обладают лечебным действием:**

**А-** снимает любые спазмы, лечит сердце и желчный пузырь;

**Э-** улучшает работу головного мозга;

**И-** лечит глаза, уши, стимулирует сердечную деятельность, «прочищает» нос;

**О-** оживляет деятельность поджелудочной железы, устраняет проблемы с сердцем;

**У-** улучшает дыхание, стимулирует работу почек, мочевого пузыря, предстательной железы (у мужчин), матки и яичников (у женщин);

**Ы-** лечит уши, улучшает дыхание.

#### **Звукосочетания также обладают лечебным действием:**

**ОМ** – снижает кровяное давление;

**АЙ, ПА** – снижают боли в сердце;

**УХ, ОХ, АХ** – стимулируют выброс из организма отработанных веществ и негативной энергии.

#### **Научно доказана целебная сила произнесения и некоторых отдельных согласных звуков:**

**В, Н, М** – улучшает работу головного мозга;

**С** – лечит кишечник, сердце, легкие;

**Ш** – лечит печень;

**Ч** – улучшает дыхание;

**К, Щ** – лечат уши;

**М** – лечит сердечные заболевания.

**Все эти звуки лучше пропевать под мелодии русских народных песен и детских песен.**

Очень благотворное влияние музыки на здоровье детей уже не раз доказано учёными. **Музыка способна улучшать язык и память детей. При серьёзном изучении музыки стимулируется левая височная (слуховая) доля головного мозга, тем самым улучшая устную память.** Если вы своего ребёнка будете обучать игре на каком-либо музыкальном инструменте, то это будет улучшать их лингвистические навыки. Если взрослый человек задумает обучаться игре на музыкальных инструментах, то его занятие музыкой может помочь ему справиться с потерей памяти после перенесенных травм мозга.

**Ученые вычислили, что без ущерба для слуха люди могут находиться только 5 минут на дискотеке и 30 секунд в наушниках. Кстати, из наушников, включенных на среднюю громкость, вырывается шум, соответствующий грохоту тяжелого грузовика, - 90 дБ.**

**В качестве примеров положительного влияния музыки на человека можно привести следующие произведения:**

- «Аве Мария» Ф.Шуберта, «Колыбельная» И.Брамса, «Свет луны» К.Дебюсси – **при сильном нервном раздражении**;- Мелодия» В. Глюка, «Грёзы» Р.Шумана – **действуют успокоительно, улучшают сон**;

- «К Элизе» Л.В. Бетховена, «Маленькая ночная серенада» В.А. Моцарта – **помогает концентрироваться в течение большого периода времени**;

- «Весенняя песня» Ф.Мендельсона, «Юмореска» А.Дворжака, «Венгерская рапсодия» Ф.Листа – **при головной боли**;- «Свадебный марш» Ф.Мендельсона – **нормализует сердечную деятельность и кровяное давление**;- Бетховен «Симфония № 6», Брамс «Колыбельная», Шуберт «Аве-Мария»- **для общего успокоения**;

**Слушайте хорошую и полезную музыку, будьте здоровы, и чтобы Ваши детишки росли умными и здоровыми!**