

Консультация для родителей:

«Влияние музыки на физическое развитие детей»

Инструктор по физической культуре Гречишкина В. В.

Октябрь 2023 г.

Музыка успокаивает, музыка лечит, музыка поднимает настроение. Здоровье ребенка – это не только отсутствие болезней, но и полное физическое, психическое и социальное благополучие. Поэтому оздоровление детей в последние годы становится приоритетным направлением в работе ДОУ.

Дошкольный возраст является плодотворным периодом жизни человека. И нам педагогам, работающим с дошкольниками важно в это время помочь ребенку раскрывать и развивать природные задатки для гармоничного формирования личности. В настоящее время увеличилось количество детей с проблемами в психическом развитии. Многие дети испытывают неуверенность, трудность в общении со сверстниками и взрослыми. Они скованны в проявлении своих эмоций и чувств. У них наблюдается мышечная зажатость и напряженность. Им сложно преодолеть психологический барьер и при исполнении индивидуального задания. Проблема здоровья и его сохранения в современном обществе стоит более чем остро. По данным медицинской статистики, количество дошкольников с хроническими заболеваниями увеличивается с каждым годом. В связи с этим возникает необходимость целенаправленной работы по сохранению и укреплению здоровья детей на всех ступенях системы образования.

Влияние музыки на здоровье человека – общепризнанный факт. Все элементы музыкальной выразительности (*мелодия, ритм, гармония, тембр*) отражающие содержание музыкального произведения, воспринимаются человеком через органы чувств, воздействуя на различные функции и системы его организма. Происходит это в силу того, что музыка обладает специфическим свойством влиять на психику человека, его эмоциональное состояние. Одна мелодия располагает нас к покою, может опечалить, повергнуть в глубокую задумчивость, другая, заставляет отбивать ритм ладонью, притопывать ногой или пуститься в пляс.

Музыка помогает физическому развитию ребёнка. Влияние музыки на физическое развитие детей активно изучается учеными. По данным ряда исследований, еще до рождения ребенок слышит звуки и чувствует вибрации с внешнего мира. Когда родители поют и разговаривают с еще не родившимся ребенком, считается, что он также общается с ними и с внешним миром. На мелодичную, плавную музыку младенец реагирует иначе – сердце бьется в более медленном ритме. Следовательно, звуки способствуют развитию двигательной активности плода. Кроме того, музыка, доносящаяся из внешнего мира – пока что единственный способ получить какую-то информацию об этом мире.

Движения под музыку влияют на рост ребенка, благоприятно действуют на эмоциональную сферу: у детей поднимается настроение, получают радость от общения с музыкой и от движения. Музыка активизирует детей, значительно повышает качество выполняемых ими движений, организует коллектив.

Музыкой можно изменить развитие: ускорять рост одних клеток, замедлять рост других. Но, главное, музыкой можно влиять на эмоциональное самочувствие человека. Бессмертные музыкальные произведения Моцарта, Бетховена, Шуберта, Чайковского способны активизировать энергетические процессы организма и направлять их на его физическое оздоровление.

Влияние музыки на состояние детей первым в нашей стране начал изучать выдающийся психоневролог В. М. Бехтерев еще в начале XX столетия.

У детей, пострадавших от недостатка кислорода во время внутриутробного развития, будь они доношенными или недоношенными, как правило, активность ферментов клетки снижена. После того, как младенцам давали прослушивать классическую музыку, активность ферментов клетки у них повышалась. Это показал цитохимический анализ. Младенцам также измеряли артериальное давление, пульс, ритм дыхания. И всюду видели классическую реакцию адаптации: организм приспосабливался к окружающей среде и чувствовал себя лучше.

Музыкальные игры с пением мобилизуют физические силы, вырабатывают грацию, координацию движений, музыкальность, укрепляют и развивают мышцы, улучшают дыхание, активно влияют на кровообращение, способствуют выработке многих веществ, необходимых детскому организму.

Ритмичные и плавные движения усиливают приток крови к легким – они полнее насыщаются кислородом. Сердце работает ритмичнее, активно подавая кровь ко всем органам, доставляя кислород, питательные вещества и полнее забирая вредные продукты обмена.

Основная направленность элементов музыкальных игр с пением — психологическое раскрепощение ребенка через освоение своего собственного тела.

Танцы, ритмичные движения – физиологическая потребность детского развивающегося организма. Они мобилизуют физические силы, вырабатывают грацию, координацию движений, музыкальность, укрепляют и развивают мышцы, улучшают дыхание, активно влияют на кровообращение, способствуют выработке многих веществ, необходимых детскому организму. Быстрота реакции, координация движений, осознанное овладение танцевальными, ритмическими движениями имеют значение и для умственного развития детей.

Музыка помогает создать полноценные условия для сохранения здоровья детей, развивает интерес к занятиям, включающим

здоровьесберегающие технологии, внедрить эти технологии в ежедневный образовательный процесс, закрепить навыки и умения детей с целью улучшения физического здоровья, голосовых и музыкальных данных, а также здоровья психики ребенка и комфортного состояния в образовательном процессе.

Таким образом, музыка – это одно из средств физического развития детей.