**Музыкотерапия в повседневной жизни**

Всем известно, какое сильное эмоциональное воздействие оказывает на нас музыка. Медики разных стран не только признали благотворное влияние музыки на психоэмоциональное состояние человека, но и создали специальное направление – музыкотерапию. По мнению врачей, произведения разных композиторов имеют различное воздействие. Так, например, произведения В. А. Моцарта успокаивают, Л. Бетховена - стимулируют активность. Болгарские ученые для снятия раздражительности советуют слушать «Лунную» сонату Л. Бетховена, для подавления чувства тревоги – прелюдии и мазурки Ф. Шопена или «Мелодию» А. Рубинштейна, расслабиться и снять накопившееся эмоциональное напряжение можно, прослушав «Колыбельную» И. Брамса или «Аве Мария» Ф. Шуберта. Слушая хорошую музыку, дети будут испытывать наслаждение, восхищение. У них сформируются первоначальные ценностные ориентации – способность ценить красоту в жизни. Восприятие музыки способствует общему интеллектуальному и эмоциональному развитию.

Специалисты выделяют следующие положительные эффекты использования музыкотерапии:

* Гиперактивные дети успокаиваются;
* У замкнутых детей развиваются навыки взаимодействия со сверстниками;
* Развиваются творческие возможности;
* У детей повышается самооценка;
* Формируются ценные практические навыки: игры на музыкальных инструментах, пения, слушания музыки и т.д.;
* Дети заинтересовываются делом – музыкальными играми, импровизацией.

Уважаемые родители, вы как никто другой, знаете своих детей, чувствуете своим родительским сердцем, в каких эмоциях они нуждаются. Хорошая, «правильная» музыка будет только помогать вам в воспитании и развитии вашего ребенка. Вы можете начинать пробуждение вашего малыша с «Вальса цветов» из балета «Щелкунчик» П. И. Чайковского, со «Сказок венского леса» И. Штрауса, с «Музыкальной шкатулки» В. А. Моцарта или вальса «Маскарад» А. Хачатуряна. Чтобы успокоить ребенка перед сном, давайте ему прослушать «Грустную песенку» Г. Свиридова, «Аве Мария» Ф. Шуберта, «Сурка» Л. Бетховена.

Записи некоторых из этих произведений мы вам уже прислали, слушайте всей семьей и получайте удовольствие! Всего вам доброго!