**МУЗЫКОТЕРАПИЯ**

**Музыкотерапия**  - это использование музыки в коррекции психо-эмоциональной сферы ребёнка, воздействие которого взрослые могут контролировать и направлять.

При таком использовании музыка становится своего рода лекарством, которое дети «принимают» при прослушивании. Прямое лечебное воздействие музыки на нервно-психологическую сферу ребенка может происходить при её восприятии, причем восприятии как активном, так и пассивном. В случае детей дошкольного и младшего школьного возраста как раз удобнее использовать пассивную форму восприятия, когда музыка звучит «фоном», сопровождающим повседневную жизнь малышей, и ненавязчиво проникает в каждое сферу деятельности, не заставляя детей зацикливаться на прослушивании сложных произведений.

**Музыкотерапия позволяет решить ряд проблем:** преодолеть психологическую защиту ребёнка – успокоить, или наоборот, настроить, активизировать, заинтересовать, установить контакт между взрослым и ребёнком, помогает развивать коммуникативные и творческие возможности ребёнка, занять его увлекательным делом- музыкальными играми, пением, танцами, движениями под музыку, импровизацией на музыкальных инструментах.

**Терапия музыкой дома может включать в себя:**

-самопрослушивание произведений,

-пропевание песен вместе с ребенком,

-ритмические движения и танцы под музыку с предметами и без них,

-музыкальные паузы – слушание тишины,

-рисование и лепка под музыкальное сопровождение,

-музыкально-ритмические упражнения, повторение простых ритмических рисунков хлопками или движениями,

-музыкальное сопровождение бытовых моментов жизни (засыпание, водные процедуры, пробуждение и т.д.).

**При выборе музыкальных произведений стоит отдать предпочтение классике** и выбрать произведения, положительное влияние которых на душевное состояние не раз доказывали ученые.

**Приведем примеры такой музыки,** которую использовали при режимных моментах в детских садах:

-Моцарт «Маленькая ночная серенада», «Турецкое рондо», «Сонаты»,

-Чайковский «Вальс из балета «Щелкунчик», «Времена года»,

-Мусоргский «Картинки с выставки», Вивальди «Времена года»,

-Григ «Утро»,

-Мендельсон «Песни без слов»,

-Брамс «Вальс»,

-Гайдн «Детская симфония»,

-Глинка «Вальс-фантазия», «Детская полька»,

-Штраус «Сказки Венского леса»,

-Шопен «Вальсы»

-Кабалевский «Клоуны»,

-Свиридов «Грустная песенка», «Музыкальный ящик»,

-Бах «Шутка», «Прелюдия до мажор».

Это лишь несколько замечательных произведений, которые можно и нужно слушать дома вместе с детьми любого возраста. Список далеко неполный, дополнять его нужно теми произведениями, которые вызывают положительные эмоции и у ребенка, и у взрослого.

По результатам проведения занятий с элементами музыкотерапии в детских дошкольных учреждениях, можно точно сказать, что вышеуказанные произведения помогали ребятам сосредотачиваться на творческих занятиях, успокаивали и настраивали положительно при пробуждении и отходе ко сну, и даже способствовали более легкой адаптации детей к детскому саду.

Можно сделать вывод, что музыкотерапия в домашних условиях тоже будет иметь положительных эффект при соблюдении следующих нескольких правил. **Рекомендации для использования элементов музыкотерапии дома:** · Использовать при прослушивании только те произведения, которые вызывают положительные эмоции и у взрослого, и у ребенка;

· Периодически повторять прослушивание знакомых музыкальных произведений;

· Регулировать продолжительность прослушивания музыки, ограничивая максимальное звучание 10 минутами;