

*КАКУЮ
МУЗЫКУ
СЛУШАТЬ
САМЫМ
МАЛЕНЬКИМ?*



Ученые выяснили, что в начале жизни на ребенка огромное влияние оказывают звуки.

Зная это, мамы включают малышу классику, однако, психологи уверены, что есть произведения, от прослушивания которых стоит отказаться. Самым важным звуком в жизни малыша, по данным ученых, является материнский голос. Мамины колыбельные не заменит ни одна оперная дива с мировым именем. Следом за маминым пением открывается необъятное пространство, царство классической музыки. О пользе классики сказано очень много, она и оздоравливает, и воспитывает музыкальный вкус, и гармонизирует эмоциональный фон и много еще всего другого. Когда в доме звучит классическая музыка с самого рождения малыша, она становится для него естественной средой. Есть ряд несложных правил, соблюдая которые можно привести ребенка в чудесный, волшебный мир музыки. Во-первых, психологи почти единогласно сходятся во мнении, что существуют классические произведения, от прослушивания которых стоит отказаться. По крайней мере, в возрасте до 2-х лет.

— Самым маленьким детям необходимо избегать прослушивания опер, оперных арий, романсов. Мамин голос вне конкуренции. В крайнем случае, папин или бабушкин.

— Произведения, которые исполняет большой симфонический оркестр или даже его половина представляют для малыша страшный шум. А медные духовые инструменты, тарелки — заставят его вздрагивать. Если всё-таки произведение оркестровано, выбирайте камерный состав, какой, например, требуется для исполнения фортепианных концертов Моцарта.

— Те произведения, которые несут огромный эмоциональный заряд, которые вызывают сильное сопереживание, вплоть до слез. Например, фортепианные концерты Рахманинова, № 2,3.

Что заботливая мама может сделать для воспитания вкуса к классической музыке у ребенка?

— Пусть в детской звучит моно инструмент, то есть одно фортепиано, одна гитара, одна флейта, одна арфа. Существует множество переложений, аранжировок классических произведений для одного инструмента. Ребенок легче привыкает к звукам музыки, выделяет и запоминает мелодию или мотив. Его ничего в таком исполнении не будет отвлекать.

— Разделять музыку для бодрствования от музыки перед сном. Существуют целые подборки с подобным разделением. Когда малыш играет, поставьте ему такой диск: танцы, музыкальные портреты животных придутся ему по душе. Ну, а перед сном — мягкий Моцарт, кружевной Шопен.

— Выбирайте ту музыку, которая понравится вам самим. Если будете себя заставлять, ребенок моментально это почувствует. Делитесь с ним позитивными эмоциями. В качестве компромисса, ставьте ту музыку, к которой у вас ровное отношение.

— Как и во всех сферах жизни, здесь нужна мера. Начните постепенно знакомить малыша с миром музыки. Очень хорошо будет, если вы включите 5-минутный фрагмент после завтрака. Наблюдайте за реакцией малыша: не нравится — еще один вариант, не понравился следующий — лучше отложить, вернетесь к музыке позднее. Если всё прошло хорошо, на завтра включите тот же

фрагмент, но уже на 10 минут и т. д. Установите громкость чуть тише, чем нужно вам, у детей отличный слух.

Неофициальное звание «главного детского композитора» принадлежит Вольфгангу Амадею Моцарту. Юный Моцарт начал творить, когда ему еще не было 6 лет, поэтому считается, что он смог пронести простоту, ясность форм через всё своё творчество. Немного фактов:

Только музыка Моцарта активизирует практически все участки коры головного мозга, в том числе и те, которые участвуют в высших процессах сознания

Именно в произведениях Моцарта чаще всего выдержан ритм чередования тихо-громко, который точнее всего соответствует характеру биотоков головного мозга

В клиниках Швеции роженицам дают слушать музыку Моцарта, по их мнению, она помогла снизить в стране раннюю детскую смертность.

Музыка Моцарта исцеляет потому, что в ней очень много звуков высокой частоты. Во-первых, эти звуки укрепляют мускулатуру среднего уха. Во-вторых, звуки частотой от 3000 до 8000 Гц и выше вызывают наибольший резонанс в коре головного мозга — это напрямую стимулирует мышление и улучшает память.

Мир классической музыке невероятно многогранен. Мы с моей дочерью предлагаем свой топ — **10 рекомендуемых классических композиций для детей от 0 до 5 лет.**

1. В. А. Моцарт. Соната для фортепиано № 1 До мажор K279 — всего лишь 10-минутное прослушивание фортепианной музыки Моцарта повышает IQ людей в среднем на 8–10 единиц. Реплика для взрослых: повышает умственные способности у всех, даже у тех, кто ее не любит. Длительность данной сонаты — примерно 11 с половиной минут.

Прослушивание сонат Моцарта делает продуктивной любую деятельность: рисует малыш, играет в кубики или учится ползать.

2. В. А. Моцарт. Соната для двух фортепиано Ре мажор K448 — целебные свойства этой сонаты заключаются в уменьшении количества эпилептических атак, что доказано и медиками, и учеными. Под такую музыку хорошо делать зарядку, играть в подвижные игры.

3. В. А. Моцарт. Концерт для фортепиано с оркестром № 20 Ре минор, 2 часть. Фортепианные концерты Моцарта обучают концентрации, осознанности, помогают повышать уровень умственной организации.

Вторая часть отлично подойдет для тихих игр перед сном, размеренный ритм меньше чем за 10 минут снимет излишнее перевозбуждение, приведет в равновесие нервную систему.

4. И. С. Бах. Сюита для виолончели № 1, Соль мажор, прелюдия в исполнении гитары. Если малыш подвержен агрессии, мышечному напряжению, то регулярное прослушивание сюит Баха через некоторое время их снимет. Особенно рекомендую обратить внимание на гитарное исполнение, оно как бы «высветляет», смягчает звучание, ведь на гитаре играют пальцами (*pizzicato*), а на виолончели — при помощи смычка.

5. Л. Бетховен «Лунная соната», № 14 — снимет раздражительность, невроз, поднимет над уровнем повседневности. Во время прослушивания сонаты № 14 создается ощущение, будто бы кто-то гладит вас по голове, за счет медленного темпа и негромкого звучания. Это произведение действительно может снять головную боль.

Будет уместно включить «Лунную сонату» при сеансе массажа, малыш быстрее успокоится и станет отзываться на ваши движения.

6. А. Вивальди «Времена года», Зима, Февраль. Лучшим музыкальным терапевтом эпохи барокко был итальянский композитор Антонио Вивальди. Из-за врожденной деформации грудной клетки ему было трудно дышать, передвигаться без посторонней помощи, и поэтому всю свою внутреннюю силу, весь свой темперамент Вивальди вложил в музыку.

Экспериментально установлено, что дети еще в утробе матери успокаиваются под звуки музыки Антонио Вивальди, так что все его произведения будут полезны малышам, а начать стоит с цикла «Времена года». И лучше всего с такой спокойной части, как Зима (Февраль), под звуки которой так и представляются кружащиеся снежинки, заснеженная деревенька, дети катаются на санках или лепят снежную бабу. Фантазируйте вместе с вашим малышом!

7. **И. Штраус Польшка «Трик-Трак»** — пришло время попрыгать, потанцевать. Польшка легкая, воздушная, с небольшими кульминациями, так что вам будет удобно расставлять танцевальные акценты. Обратите внимание ребенка на ударные инструменты: треугольник, барабан, трещотку.

Добавляйте постепенно и польки и вальсы, не очень длинные. Танцуйте вместе с ребенком, помогая ему развивать чувство ритма.

8. **Ф. Шопен Прелюдия № 1 До мажор** — эта короткая полуминутная прелюдия может дать толчок к деятельности застоявшемуся ребенку и задумавшемуся родителю. Она поднимет жизненный тонус, улучшит настроение, активность и самочувствие.

Подбирайте прелюдии Шопена в соответствии с вашим настроением, наблюдайте за их воздействием, они пропитаны глубокими эмоциями, способными быстро передаваться слушателю.

9. **Шарль Камиль Сен-Санс. Карнавал животных.** 14 музыкальных миниатюр, иллюстрирующих животный мир, развивают воображение ребенка. Творите вместе с ним, изображайте и черепах, и львов, и кенгуру, и, конечно, всеми любимого лебедя. Ребенок, начиная с двух лет, будет ловить каждое ваше движение, пытаться его повторить. Ребенок помладше будет с жадностью следить за вашими пантомимами под музыку. Начните с одной части в день, потом малыш сам будет просить вас о таких сеансах.

10. **Н. А. Римский-Корсаков. Полет шмеля.** Еще одно музыкальное произведение, обладающее четким образом. В дополнение перескажите сюжет сказки А. С. Пушкина, ведь «Полет шмеля» входит в оперу «Сказка о царе Салтане». Попробуйте покружиться вместе с ребенком — эта скоростная интерлюдия — замечательное сопровождение для развития вестибулярного аппарата!

Если у вас дома есть любой музыкальный инструмент, пользуйтесь им. Необязательно быть Ростроповичем, достаточно придумать красочный образ. С самого раннего возраста давайте ребенку в руки колокольчик, затем барабан, позже губную гармошку и дудочку. Последние два инструмента стимулируют развитие речи ребенка. Не забывайте о фортепиано, даже старенький инструмент даст понятие о том, как щебечут птички или топает медведь. Дерзайте и расскажите нам о своих впечатлениях!

