

## *«Музыкальное воспитание и здоровье ребенка»*

– Давай, зайчик, споем песенку! – ласково говорит маленькая Маша плюшевому зайцу и начинает звонко выводить тоненьким голоском, срываясь на крик: «Та-ра-ра! Ту-ру-ру!»

– Замолчи, голова болит от твоего крика! – строго прерывает Машу мама, не отрываясь от хозяйственных дел.

Действительно, слишком громкое, крикливое пение может вредно сказаться на слабых детских голосовых связках, кроме того, оно отрицательно влияет и на нервную систему детей, создает излишнее возбуждение, утомляет. Неприятно оно и для окружающих.

Но что делать, если ребенок хочет излить избыток энергии не только в движении, но и в звуке, если он тянется к музыке, как наиболее доступному ему жанру?

Важно умело использовать, организовать и направить эти стремления ребенка, чтобы они служили не во вред, а на пользу. Задача, о которой идет речь, вполне под силу мамам и папам, бабушкам и дедушкам, старшим братьям и сестрам ребенка. Тут не требуется особых музыкальных или педагогических познаний: ведь вопрос не в том, чтобы готовить из малыша музыканта или певца. Достаточно привить ему несложные навыки слушания музыки и приобщить к пению в пределах, доступных и необходимых каждому человеку.

Чем раньше начнется музыкальное воспитание ребенка, тем более эффективно будет служить музыка совершенствованию его духовных и физических сил.

Первые шаги, направленные на развитие способностей малыша к восприятию музыки, можно предпринимать уже на третьем месяце жизни. Обычно, в возрасте 2,5 – 3 месяцев ребенок уже способен сосредоточить внимание на звучании музыки и эмоционально реагировать на нее. Малышу доставляет радость, когда взрослые негромко и ласково напевают или наигрывают ему незатейливые

спокойные мелодии. Таким образом, музыка помогает поддерживать радостное настроение у ребенка. Это очень важно, особенно в раннем возрасте, потому что положительные эмоции способствуют здоровому развитию нервной системы и благотворно влияют на протекание основных физиологических процессов в организме: дыхание, сердечная деятельность, обмен веществ.

Первые контакты с музыкой способствуют также развитию внимания и обеспечивают тренировку слуховых органов. Напевая или наигрывая простейшие мелодии малышу в возрасте 2,5 -6 месяцев, нужно следить, насколько быстро он реагирует на звук, отыскивает источник звучания, как долго может сосредоточить внимание на музыке. Всякий раз, как только оно ослабевает, лучше прекратить пение, чтобы не утомлять малыша.

На первом году жизни необходимо сформировать, а затем постоянно поддерживать у малыша эмоциональную отзывчивость к музыке и интерес к ней. А для этого важно учитывать его возрастные способности и возможности, подбирать мелодии и песенки, доступные для восприятия.

Развивая и тренируя слух малыша, очень важно, в то же время, оберегать и охранять его от непосильной нагрузки, которая весьма вредна для здоровья. Не рекомендуется в комнате, где находится малыш, включать громко музыку, даже если она звучит спокойно и мелодично.

Исследования показывают, что одним из первых компонентов музыки ребенок начинает улавливать ритм, реагирует на него. Различные ритмы по-разному действуют на состояние человека, на деятельность его внутренних органов и работоспособность мышц. Эти свойства музыки позволяют успешно использовать её в целях развития моторно-двигательных способностей и сохранения здоровья детей. Хорошо, если соответствующая негромкая музыка звучит во время занятий физкультурой. Занятия физкультурой под музыку помогают развивать и укреплять мускулатуру и, одновременно, воспитывать слух и чувство ритма у ребенка.

Пляска и танец активно помогают здоровому развитию костно-мышечной системы и формированию правильной осанки. Разучивание плясок с детьми строится по принципу подражания малыша движениям взрослого. Хорошо, если в пляске участвуют сразу несколько детей. Однако в семье ребенок нередко растет один среди взрослых. В таком случае, полезно использовать детские игрушки в качестве партнеров малыша по пляске.

Когда ребенок начинает понимать речь, и, затем, сам овладевает ею, мир его слуховых впечатлений значительно расширяется. Особый интерес приобретает для него жанр песни.

Слушание и разучивание песен помогает совершенствовать и развивать речевые навыки ребенка, расширять его активный словарный запас, улучшать дикцию. Не случайно, пение используется в качестве эффективного средства для исправления целого ряда речевых дефектов, которые нередко наблюдаются у детей дошкольного и младшего школьного возраста. Так, с помощью пения выправляют невнятное произношение отдельных звуков, искореняют нездоровую привычку к скороговорке, а также, вылечивают заикание.

Некоторые приемы могут быть использованы и в процессе музыкального воспитания ребенка в семье. Например, если нужно ликвидировать картавость при произношении звуков «р» или «л», полезно почаще напевать вместе с ребенком мелодию без слов, используя междометия, где повторяются эти звуки: «Ту-ру-ру! Тра-ра-ра!» и пр.

Пение помогает совершенствовать голосовой аппарат и вокально-слуховую координацию, укреплять голосовые связки, способствует здоровому бережному развитию органов дыхания. Но эти огромные оздоровительные возможности, заложенные в пении, помогут в полной мере проявиться только в том случае, когда взрослые члены семьи учитывают возрастные особенности ребенка, не перегружают его неокрепшие голосовые связки непосильной нагрузкой. Нельзя допускать, чтобы в песне малыш форсировал звук и срывался на крик. Важно добиваться, чтобы дети пели без

напряжения. Нельзя разрешать им петь на улице в холодную или сырую погоду, потому что, это вредно для голосовых связок и может привести к простуде.

К сожалению, встречаются родители, которые не желают заниматься с детьми музыкой, учить их петь, ссылаясь на то, что, якобы, у ребенка отсутствует музыкальный слух. Это глубоко ошибочный подход к делу, потому что слух, как и любые способности, формируется в процессе тренировки. Общение с музыкой, слушание песен и попытка их самостоятельного исполнения – вот лучший путь развития музыкального слуха.

Если же, несмотря на заботу все старания взрослых, ребенок испытывает большие затруднения при пении и искажает мелодии песен, то бывает полезно обратиться к врачу. Причиной затрудненного или фальшивого пения могут оказаться дефекты слуха, отсутствие необходимой координации между слуховыми ощущениями и голосовым аппаратом, а также какое-либо заболевание горла. Врач даст необходимые рекомендации и назначит лечение.

Трудно переоценить значение музыкального воспитания ребенка в семье. «Детство также невозможно без музыки, как невозможно без игры, без сказки...», - говорил выдающийся советский педагог В.А.Сухомлинский. Поэтому, родители должны быть заинтересованы в том, чтобы встреча с музыкой состоялась вовремя, и чтобы музыка стала их верным помощником в деле воспитания малыша в семье.