Консультация для воспитателей «Влияние музыки на сон и пробуждение ребёнка»

Музыкального руководителя Николаенко Е.Л.

Для расслабления, снятия эмоционального и физического напряжения, для приятного погружения в дневной сон
необходимо воспользоваться благотворным влиянием мелодичной классической и современной релаксирующей музыки, наполненной звуками природы (шелест листьев, голоса птиц, стрекотание насекомых, шум морских волн, журчание ручейка). Дети на подсознательном уровне успокаиваются и расслабляются. Можно включить грамзапись колыбельной, а
лучше исполнить акапельно (дети любят живое исполнение).
Имея стихотворный текст, можно наложить свой голос на тихую лирическую музыку и прочитать выразительно текст:

Маленькие детки спят, носиками все сопят,
Носиками все сопят, сон волшебный все глядят.
Сон волшебный и цветной, и немножечко смешной.
Снится зайка озорной, он спешит к себе домой.
Снится розовый слонёнок – он, как маленький ребёнок,
То смеётся, то играет, но никак не засыпает.
Спите, маленькие детки! Воробей сидит на ветке.
Он чирикает и слышно: тише, тише, тише, тише *(Н. Байдавлетова)*

Музыка перед сном способна вызывать у детей положительные эмоции. Они будут засыпать и просыпаться в хорошем настроении, что станет отличной мотивацией для контакта с другими людьми и выполнения каких-то поставленных перед ним задач.

Музыкальные произведения перед сном для детей младшего возраста

«Фантазия»Ф.Шуберт
«Колыбельная» Р.Паулс
«Вечер» С.С. Прокофьев.
«Колыбельная мамы-медведицы» «Умка» Е.Крылатов.
«Колыбельная» В.А.Моцарт.
«Подснежник», «Жаворонок», «Танец пастушков» П.И.Чайковский.
Грустная песенка», «Элегия» В.Калинников.
«Ноктюрн»1 опус 9Ф Шопен.
«Вальс» №2 опус 70, «Вальс» №2 опус 64. Ф Шопен

Музыкальные произведения перед сном для старшего дошкольного возраста

«Грезы», «Детские сцены»Р. Шуман
«Симфония №41 «Юпитер» В.А.Моцарт
«Вечер» С.С. Прокофьев.
«Облака», «Море» К. Дебюсси
«Вечерняя серенада»Ф. Шуберт
«Вальс №3»И. Брамс
«Музыка на воде»Гендель
«Ноктюрн»А. П. Бородин
«Мелодия»К. В. Глюк
«Вальс» А.Грибоедов.

Особое внимание педагогам следует уделить музыкально – рефлекторному пробуждению детей после дневного сна, помочь устранить сонливость, «разбудить» организм.

Воспитатель может провести небольшой комплекс упражнений, не поднимая детей с кроватей, а затем организовать ходьбу по корригирующим дорожкам под более бодрую музыку. Так же для пробуждения детей используем тихую, нежную, лёгкую музыкальную композицию. Она должна быть постоянной в течение примерно месяца, чтобы у ребёнка выработался рефлекс просыпания. Услышав звучание привычной музыки, ребятам будет легче и спокойней переходить из состояния полного покоя к активной деятельности.

Музыкальные произведения для пробуждения с детьми младшего дошкольного возраста

«Камаринская»М. И. Глинка
«Детская полька»М.И.Глинка
«Вальс цветов»П. И. Чайковский
«Турецкое рондо»В. -А. Моцарт
«Белка» Н.А.Римский-Корсаков.
«Весна», «Осень» А.Вивальди
«Весенние голоса»И. Штраус
«Шутка»И. -С. Бах
«Полянка», «Калинка», «Русский наигрыш» рус.нар.мелодии.
«Полька», «Вальс-шутка» Д.Шостакович.
«Маленькая ночная серенада» В.А.Моцарт
«Тема Пети, кошки, шествие»симф.сказка «Петя и волк» С.С.Прокофьев.

Музыкальные произведения для пробуждения с детьми старшего дошкольного возраста

«Камаринская»М. И. Глинка
Увертюра «Эгмонт»Бетховен
«Вальс цветов»П. И. Чайковский
«Турецкое рондо»В. -А. Моцарт
Шестая симфония, 3-я часть. П. И. Чайковский.

«Прелюдии» Ф. Шопен
«Весенние голоса»И. Штраус
«Шутка»И. -С. Бах
«Венгерские рапсодии»Ф. Лист
«Маленькая ночная серенада»В. -А. Моцарт
Увертюра «Эгмонт»Бетховен
«Утро»Э. Григ
«Славянский танец №2»А. Дворжак
«Чардаш»Б. Монти
«Венгерский танец №7»И. Брамс

Спасибо за внимание.