 Лето! Замечательное время года! Можно с

самого утра и до позднего вечера находиться

на улице - купаться в речке, нежиться на

теплом песочке, слушать плеск волн… А

можно путешествовать по лесу –

 прислушиваться к голосам птиц, жужжанию насекомых, шелесту травы, дыханию ветерка, песенке теплого разноцветного дождя… Наблюдая за природой, прислушиваясь к ее звукам, мы не просто получаем наслаждение, расслабляемся, отдыхаем, но и развиваем эстетический вкус детей. Чтобы дети увидели и услышали что-то, то нам надо привлечь их внимание: «Давай посидим тихо посмотрим и послушаем. Это очень красиво». Само понятие сидеть тихо и слушать тоже для многих детей нечто новое и непривычное. Иногда это первый шаг к слушанию музыки.

И начало этому даете Вы, мои дорогие родители!

Звуки природы обладают волшебной силой… Хорошим успокаивающим эффектом для человека, особенно для малыша, обладают «водные» звуки: шум дождя, морского прибоя. Водная стихия вообще является «родной» для младенца, ведь находясь в животе у мамы, он был окружен жидкостью. Именно поэтому звуки воды успокаивают, расслабляют ребенка, напоминают ему у самом беззаботном времени. Звуки, издаваемые дельфинами, не похожи на звуки других живых существ. **Пение дельфинов** происходит на определенных частотах, так что слушать это пение очень полезно для нервной системы. Этот метод применяется *для лечения неврозов*. Очень полезно слушать звуки дельфинов перед сном: малыш хорошо расслабляется и легко засыпает. **Пение птиц, шелест листвы, шум легкого ветерка и другие звуки леса** помогают расслабляться и эффективно *бороться со стрессом.* Под эти звуки очень хорошо медитировать, отдыхать и восстанавливать силы, что особенно актуально для мам. Восприятие музыки – это важнейшая и довольно сложная функция нервной системы. Основная нагрузка при восприятии музыки ложится на правое полушарие, но и левое тоже задействовано в этом процессе. В зависимости от того, играет человек сам или слушает, имеется ли текст, или звучит только мелодия, в мозге активируются разные группы нейронов. При этом музыка влияет не только на человека и животных, но и на растения, и даже на молекулярную структуру воды. Приятные человеческому уху мелодии влияют не только на эмоциональное состояние, но и на физиологические параметры: расширяются сосуды, замедляется пульс, а сила сердечных сокращений увеличивается. Агрессивная и раздражающая музыка приводит к обратному эффекту. Звуки природы, пение птиц и дельфинов облегчают боли при родах, помогая роженице расслабляться, а малышу – с меньшим стрессом появляться на свет. **Лечение птичьим пением** – орнитотерапия – применяется не только для нормализации эмоционального состояния, но и даже для устранения

соматических проблем, таких, **как высокое давление,** **боли в желудке, бронхиты, трахеиты**. Активация тех зон головного мозга, которые отвечают за восприятие птичьего пения, приводит к гармонизации всех процессов в организме.

 Слышать звуки, а значит, воспринимать музыку,

ребенок начинает с 14 недель внутриутробного

развития. От спокойной и приятной мелодии ребенок

затихает, от громкой и агрессивной – начинает

проявлять активность, пинаться, шевелиться.

Звуки природы способны не только успокаивать, но и

тонизировать, **повышать умственную активность,**

**улучшать концентрацию внимания**. Кроме того,

музыка и звуки природы вдохновляют на творчество, стимулируют воображению и фантазию. Зная, насколько полезна музыка природы для всего живого, просто нельзя это не использовать.

В зависимости от потребности, проводить «музыкотерапию» можно перед сном или перед занятиями с ребёнком: это поможет малышу настроиться на нужный лад.  
В древности человек был ближе к природе и учился у неё, так и музыкальные инструменты создавались на основе звуков природы и изготавливались из природных материалов.

Уважаемые родители! Вместе с детьми можно изготовить музыкальные инструменты. Материалом может быть:

*-* ***стебель одуванчика****,* если посередине стебелька сделать небольшой надрез, слегка дунуть в стволик в месте надреза и извлечь звук;

- ***обыкновенный лист дерева,*** если его расположить между двух больших пальцев и направить струю воздуха в образовавшуюся щель;

- ***стручок акации*,** если из него аккуратно удалить горошины и, слегка расщепив, обрезать с одной стороны, а затем дунуть в получившуюся пустотелую трубочку;

- ***травинка****,* если ее зажать губами на концах и превратить как бы в эластичный «язычок», то, втягивая воздух в себя, можно извлечь нежный звук;

- ***тонкая полоска бересты*,** если ее поместить между губ, при их соприкосновении и вдыхании воздуха в легкие издает красивый звук, похожий на трель птиц;

**- *желудь*** – свисток, если оторвать «шляпку» -маленький купол, который закрывает жёлудь, как крышечка и разместить «шляпку» полой стороной вверх между указательным и средним пальцами руки, сжатой в кулак. Упритесь костяшками пальцев в нижнюю губу и дуй поверх края желудя. Свист будет очень громким!

**Ценность таких инструментов состоит в том, что их мастерили сами дети.** Инструмент, сделанный своими руками, первые звуки и мелодии, самостоятельно извлеченные из него, пробуждают у детей интерес к творчеству и приобщают к народной музыке.

Пройдя по ссылке, вы сможете прочитать интересную информацию о влияние звуков природы на организм - <https://blavo.ru/stati/sovety/12-zvukov-prirody/>

**и слушайте музыку в дополнительной папке**