ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

«Как слушать музыку с ребёнком?»

Как долго?

Внимание ребёнка 2-4 лет к непрерывно звучащей музыке устойчиво в течение 1 – 2,5 минут, а с небольшими перерывами в звучании между пьесами – в течение 5 – 7 минут. Слушание может быть более или менее продолжительным в зависимости от индивидуальных особенностей ребёнка, его физического состояния.

Как?

Найдите пьесу, которую вы будете слушать. Определите силу звука. **Музыка не должна звучать громко!** Предупредите всех, чтобы было тихо и чтобы в комнату во время звучания музыки не входили. И дети, и взрослые слушают музыку сидя.

Когда?

Выберите удобное для ребёнка и взрослого время в течение дня (когда ребёнок не увлечен игрой, не возбуждён приходом кого-либо в дом, хорошо себя чувствует). Лучше всего после завтрака или дневного сна. Можно слушать музыку перед сном дневным и вечерним.

Что?

1. Ставьте детям как можно **чаще классическую музыку**! Многочисленные эксперименты показали, что под музыку таких композиторов как **Моцарт, Вивальди, Бетховен** дети успокаиваются, хорошо засыпают!
2. Отбирайте музыкальные произведения с мелодичным и легким звучанием, **без ярко выраженных ударных партий**, так как они способны зомбирующее действовать на психику.
3. **Минимум низких частот!** Соблюдайте это правило, так как, давно известно, что низкочастотные звуки способны влиять на психическое состояние человека не самым лучшим образом, тем более на психику ребенка.
4. **Не** включайте музыку **громко!** Если пренебречь этим правилом, ребенок может стать нервным, будет плохо спать, капризничать, ухудшится аппетит.
5. **Ни в коем случае не позволяйте ребенку слушать музыку в наушниках!** Слуховой аппарат устроен таким образом, что громкий звук наушников воздействует непосредственно на мозг человека, вызывая микросотрясения. "Звуковой шок"!
6. Не ставьте детям тяжелый рок и его разновидности, рейв, транс и клубную музыку - именно она способна нанести непоправимый урон детской психике!!!
7. Как можно чаще ставьте детям **детские песни, пойте их вместе с ними!**
8. При подборе музыкальный произведения для детей нужно учитывать время суток, когда ребенок будет слушать музыку. Если с утра можно ставить детские песни более зажигательные, бодрые и быстрые, то к вечеру настоятельно рекомендуем прослушивать медленные детские песенки и мелодии, постепенно переходя к колыбельным.
9. Прослушивание музыки у детей до 3-х лет должно занимать не более часа в сутки. После 3-х лет, можно постепенно увеличивать время прослушивания музыкальный произведений. Не забывайте ставить музыку, когда делаете с детьми зарядку или занимаетесь с ними физическими упражнениями.
10. **Ходите с детьми на детские спектакли, в цирк, смотрите мультфильмы и детские фильмы, разучивайте и пойте с ними детские песни!**