

Особенности выбора композиторов для слушания музыки и снижения тревоги у детей дошкольного возраста

От правильного выбора композиторов и музыки зависит психологическое состояние ребенка и его уровень тревожности. Чтобы сделать правильный выбор стоит задуматься, какой ритм, темп, даже какой лад произведения могут вызывать уровень тревожности, а какой снижать, ведь и мажорный и минорный лад произведения могут снизить уровень тревожности. Минорный лад может звучать весело, а мажорный лад может звучать грустно, даже очень встревожено. Темп тоже влияет на состояние тем, что медленный темп так же может снижать уровень тревожности, но с тем условием если лад будет мажорным. Ведь если будет минорный лад, то это совсем другое произведение и оно может даже повысить уровень тревожности. Но стоит учитывать что спокойная музыка тоже разная, можно слушать спокойную музыку, где слышатся разные интонации на подобии плача могут вызвать тревожность. Есть произведения, где к примеру слышно чириканье птиц, как льётся вода, но эта музыка совершенно не вызовет тревожность, так как детям не о чем беспокоится, они не задумываются о тех проблемах, которые недавно у них были в голове.

К такой музыке часто относят классические произведения. Одним из ярких примеров является детский альбом П. И. Чайковского, где музыка была написана в качестве определения характера произведений для того, что бы выявить какие произведения снижают уровень тревожности.

Благодаря такой музыке как у П. И. Чайковского можно услышать контраст музыки, яркие образы которые могут снизить уровень тревожности у ребенка, но так же в детском альбоме есть произведения, которые могут повысить этот уровень тревожности, так что надо делать правильный выбор произведения

Беседа с детьми о произведении так же может снизить тревожность, так как можно успокоить детей тем, что всё будет хорошо, все поправятся. Беседа тоже эффективный способ снизить тревожность и совсем не важно беседа это про произведение или просто обычна беседа с детьми.

На музыкальных занятиях стоит включать детям ту музыку, которая при прослушивании не будет детей вводить в печаль и

чтобы их уровень тревожности не повышался. Нужна музыка, которую поймут дети, так как если детям включить музыку для более старшего возраста (школьного и тому подобное), то дети её просто не смогут проанализировать и понять и так же музыкальный руководитель не сможет понять какая музыка снижает тревожность, а какая вызовет обратно.

Дети не поймут эти произведения по нескольким причинам:

- крупное произведение, где в нескольких местах меняется характер и темп, что повлечет детей в заблуждение;
- слишком «тяжелые» для восприятия произведения, так как даже не всякий взрослый может понять, композиторскую задумку, что именно хотел бы нам сказать композитор в произведении.

На слушание стоит включать произведение композиторов, в чьих наследиях есть детские песни, детские произведения небольшого объема и не сильно сложные для восприятия, так как дети без труда должны понять, о чём хотел нам сказать композитор.

Такие композиторы как: П. И. Чайковский, И.С. Бах, Н. А. Римский-Корсаков, Р. Шуман, К. Дебюсси, М. Мусоргский, С. Прокофьев все они писали произведения для детей и о детях. У некоторых из этих композиторов есть балеты и симфонии для детей, а также оперы по мотивам русских сказок. Их произведения снижают уровень тревожности тем, что в основном музыка направлена на мажорный лад, но так же у композиторов есть произведения минорного лада, но они звучат так же весело и вовсе не вызывают тревожности.

Необходимо использовать такие образцы для того, чтобы поднять настроение ребятам, когда они только что посмотрели или послушали грустный рассказ, или успокоить детей, если они перевозбуждены. А вот когда дети перевозбуждены произведения этих композиторов могут успокоить детей тем, что можно включить спокойную музыку после активных игр, физкультурных занятий. Не стоит забывать о том, что после активной деятельности дети так же могут быть тревожны тем, что у них что-то не получилось на занятии, и так же стоит включить спокойную музыку, которая так же будет снижать уровень этой самой тревожности. Произведение может быть спокойным и в тоже время не грустным.