

Muzyka relaksacyjna dla dziecka w wieku przedszkolnym

Zainteresowanie dźwiękiem zostało zaobserwowane od najwcześniejszego okresu życia dziecka. W okresie prenatalnym, od 4 miesiąca dziecko reaguje na dźwięk. W pierwszej kolejności jest to bicie serca matki. Stymulacja dźwiękiem w trakcie ciąży ma niezwykle wpływ na późniejsze głużenie, gaworzenie i rozwój mowy u dziecka. Muzyka, dźwięk w okresie prenatalnym pełni niezwykle rolę edukacyjną. Po urodzeniu mały człowiek potrafi rozpoznać wcześniej słyszane dźwięki, są to przede wszystkim: głos matki, pojedyncze dźwięki, piosenki. Dziecko reaguje odmiennie na usłyszany wcześniej dźwięk niż na nowo poznany np. głos innej osoby.

Muzyka odgrywa ważną rolę w życiu człowieka, przede wszystkim jest jedną z form relaksu, redukuje stres i odpręża. Zastosowanie muzyki relaksacyjnej w edukacji ma duży wpływ na wszechstronny rozwój dziecka. W aspekcie logopedycznym oddziaływanie muzyką relaksacyjną poprawia percepcję słuchową, fonację, reguluje oddech oraz usprawnia aparat artykulacyjny. Zabawy przy muzyce relaksacyjnej mają istotne zastosowanie. Głównie redukują napięcie, ograniczają sytuacje stresowe, są odpowiednim przerywnikiem po aktywności ruchowej, uspokajają i pomagają w wyrównaniu oddechu. Nauczyciele często wykorzystują muzykę relaksacyjną w trakcie odpoczynku dzieci. Służy to rozluźnieniu mięśni, dotlenieniu organizmu, wyciszeniu. Dziecko przy muzyce relaksacyjnej odpoczywa.

Przykłady muzyki relaksacyjnej to m.in. dźwięki natury, kołysanki, usypianki, muzyka klasyczna Mozarta lub Beethovena. W popularnych sklepach online w dziale muzyka relaksacyjna dla dzieci można odnaleźć wiele płyt z utworami sprzyjającymi wyciszeniu, zasypianiu i lepszemu samopoczuciu.

Na portalu <http://piosenki-dla-dzieci.info/muzyka-relaksacyjna-dla-dzieci/> znajdziecie Państwo propozycje muzyki relaksacyjnej dla najmłodszych.

Proponowana literatura związana z wpływem muzyki na rozwój dziecka to m. in.:
Lewandowska K. „Muzykoterapia dziecięca”, Studio „NORMA”, Gdańsk 1996.



Nauczycielki dzieci trzyletnich

Dominika Kocoń, Alicja Socha, Izabela Żak

Artykuł został opracowany w oparciu o artykuł „ Muzyka w aspekcie rozwoju muzycznego dziecka”, I. Burczyk, 2015r.