

## Почему детям нужна музыка: пять причин

Мелодии — это радость. Неважно, прыгаешь ли ты под них или поёшь любимые песни в машине.

Но не только музыка помогает развивать детей: регулирует эмоции, мышление, делает ближе с родными. Рассказываем, как это работает.

### Улучшает координацию

Движения в определённом ритме помогают лучше владеть телом. Не расстраивайтесь, если сразу не выйдет эпической танцевальной вечеринки.

Начните с хлопков и притоптываний, затем добавляйте движения сложнее.

### Сближает

Неважно, что именно вы делаете: поёте хором под укулеле, сочиняете бит с помощью деревянных ложек или снимаете танцевальное видео.

Вы будете слушать друг друга и смеяться, то есть переживать те моменты, которые сделают вас ближе.

### Развивает речь

Музыка — язык, понятный даже тем, кто ещё не говорит. Дети реагируют на неё с раннего возраста.

Повторяющийся ритм вместе с текстом песни помогает осваивать речь, вокальную игру и интонации. Поэтому педагоги иностранных языков часто используют в обучении мелодии.

### Управляет эмоциями

Попробуйте составить с ребёнком свой плейлист. Пусть он выберет ту музыку, которая помогает успокоиться; выразить себя, когда расстроен; подбодрить, когда устал.

Это один из самых простых способов повлиять на своё состояние.

### Поднимает самооценку

Когда мы слушаем музыку, мы меньше нервничаем и чувствуем себя счастливее. А если разделить свои эмоции с другими, можно получить ещё больше: настроиться на одну волну, получить заряд сил и найти способ рассказать другому о себе через музыку.