******

***Влияние музыки на психику ребенка.***

**

*Многие из нас любят слушать музыку, не понимая до конца ее воздействия.*

*При резком звуке мы вздрагиваем, при тихом - прислушиваемся, при спокойном - засыпаем. Полная тишина нас пугает.*

*Музыка обладает сильным психологическим воздействием на человека. Она влияет на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает), вызывает различные эмоциональные состояния (от умиротворенности), покоя и гармонии до беспокойства, подавленности или агрессии).*

 *Люди давно заметили влияние музыки и звуков на психику человека, его здоровье, физическое и психическое самочувствие.*

*Магическая сила звуков может привести человека в отчаяние, заставить смеяться или, наоборот, успокоить.*

*От гортанных заговоров шаманов древности до возвышенного григорианского пения в кафедральных соборах, звук и музыка играли важную роль в человеческой культуре. Она утешает в печали, помогает сосредоточиться, укрепляет память, облегчает усвоение языка.*

*Так, звук восточного духового инструмента панги вводит змею в состояние, подобное гипнозу. Вибрации человеческого голоса в одном случае имеют лечебное действие (что издавна использовалось народными целителями), а в другом – причиняют человеку вред.*

*В Норвегии в середине 1980-х годов преподаватель Олав Скилле начал использовать музыку в качестве терапевтического средства при лечении детей с серьезными физическими и умственными недостатками. Он разработал так называемую «*[*музыка*](http://away.promodeejay.net/away?url=http%3A%2F%2Fwww.sunhome.ru%2Fmp3)*льную ванну» — специальную среду, где дети, как в воду, погружались в звук. Ученый сделал вывод, что современные оркестровки, народная, классическая и популярная* [*музыка*](http://away.promodeejay.net/away?url=http%3A%2F%2Fwww.sunhome.ru%2Fmp3) *могут снижать мышечную напряженность и успокаивать детей. Метод Скилле, который получил название «виброакустическая терапия», был использован во многих странах Европы.*

*Музыку можно использовать для стимуляции творческой активности, расслабления или наоборот, сосредоточения. Поэтому важно разобраться какая музыка подходит для различных ситуаций.*

*- Возбуждающая, громка музыка, выражающая агрессивный настрой, лишает человека (и взрослого, и ребенка) состояния уравновешенности, спокойствия, а при определенных условиях (например, на рок-концертах) побуждает к разрушительным действиям. Особенно противопоказана такая музыка гипервозбудимым, расторможенным детям со слабым контролем, т.к. она усиливает проявления отрицательных свойств в поведении ребенка.
- Спокойная музыка, вызывающая ощущения радости, покоя, любви, способна гармонизировать эмоциональное состояние как большого, так и маленького слушателя, а также развивать концентрацию внимания.*

*- Музыку можно использовать перед сном, чтобы помочь с трудом засыпающему ребенку успокоиться и расслабиться. Когда ребенок ляжет в постель, включите спокойную, тихую, мелодичную, мягкую музыку и попросите его закрыть глаза и представить себя в лесу, на берегу моря, в саду или в любом другом месте, которое вызывает у него положительные эмоции. Обратите внимание ребенка на то, как расслабляется и отдыхает каждая часть его тела.*

*-* [*Музыка*](http://away.promodeejay.net/away?url=http%3A%2F%2Fwww.sunhome.ru%2Fmp3) *может улучшать память и обучаемость. Выполнение упражнений под музыку повышает наше самочувствие и тонус. Это же верно и в отношении учебы. Прослушивание легкой музыки (например, Моцарта или Вивальди) в виде фона помогает некоторым ученикам концентрироваться в течение большого периода времени. Других она может отвлечь. Если слушать музыку в стиле барокко во время учебы, можно улучшить память, запоминание новых и иностранных слов, а также стихов.*

*- Речь человека является сильнейшим фактором воздействия, как на окружающих, так и на самого говорящего. Наше внутреннее состояние, наши мысли, отношение к миру проявляются в содержании речи и в ее интонационной окраске. А то, что мы говорим и как это произносим, в свою очередь откладывает отпечаток на психологическом состоянии слушающего, влияет на наши отношения с ним.*

*Например, грубый, резкий голос взрослого может вызвать у ребенка сильный испуг и состояние оцепенения. Постоянно раздраженный, недовольный голос говорящего порождает у слушателя ощущение, что его не любят и не принимают как личность. А отказ в чем-либо, произнесенный спокойным, мягким, сочувствующим голосом помогает ребенку легче примириться с неудовлетворенностью его желания.*

*\* В григорианских песнопениях используются ритмы естественного дыхания, что позволяет добиться ощущения пространственной расслабленности. Они хорошо подходят для тихих занятий и медитации, могут снизить стресс.*

*\* Медленная* [*музыка*](http://away.promodeejay.net/away?url=http%3A%2F%2Fwww.sunhome.ru%2Fmp3) *в стиле барокко (Бах, Гендель, Вивальди, Корелли) дает ощущение устойчивости, порядка, безопасности и создает духовную стимулирующую среду, которая подходит для занятий или работы.
\* Классическая* [*музыка*](http://away.promodeejay.net/away?url=http%3A%2F%2Fwww.sunhome.ru%2Fmp3) *(Гайдн и Моцарт) отличается ясностью, элегантностью и прозрачностью. Она способна повышать концентрацию, память и пространственное восприятие.*

*\** [*Музыка*](http://away.promodeejay.net/away?url=http%3A%2F%2Fwww.sunhome.ru%2Fmp3) *романтизма (Шуберт, Шуман, Чайковский, Шопен и Лист) подчеркивает выразительность и чувственность, часто пробуждает индивидуализм, национализм или мистицизм. Ее лучше всего использовать для того, чтобы активизировать симпатию, страстность и любовь.
\** [*Музыка*](http://away.promodeejay.net/away?url=http%3A%2F%2Fwww.sunhome.ru%2Fmp3) *импрессионистов (Дебюсси, Фавр и Равель) основана на свободнотекущих* [*музыка*](http://away.promodeejay.net/away?url=http%3A%2F%2Fwww.sunhome.ru%2Fmp3)*льных настроениях и впечатлениях. Она вызывает приятные образы, как в сновидениях. Четверть часа сладкой дремы под такую музыку, после которых, необходимы гимнастические упражнения на растягивание (стретчинг), могут пробудить ваши творческие импульсы.
\* Джаз, блюз, регги и другие* [*музыка*](http://away.promodeejay.net/away?url=http%3A%2F%2Fwww.sunhome.ru%2Fmp3)*льные и танцевальные формы, в основе которых лежат выразительные африканские мелодии, могут поднять настроение и вдохновить, дать выход радости, рассеять печаль, обострить юмор и иронию, повысить общительность.*

*\* Румба, маранга, макарена обладают живыми ритмами и импульсивностью, что повышает сердцебиение, делает дыхание более частым и глубоким, заставляет все тело двигаться. Самба, тем не менее, отличается редкостным свойством возбуждать и успокаивать одновременно.*

*\* Поп-*[*музыка*](http://away.promodeejay.net/away?url=http%3A%2F%2Fwww.sunhome.ru%2Fmp3)*, а также народные мелодии провоцируют телодвижения, создают ощущение благополучия.*

*\* Рок-*[*музыка*](http://away.promodeejay.net/away?url=http%3A%2F%2Fwww.sunhome.ru%2Fmp3) *может пробудить чувства, стимулировать активные движения, снять напряжение, ослабить боль и снизить неприятный эффект громких и резких звуков, присутствующих в окружающей среде. Эта* [*музыка*](http://away.promodeejay.net/away?url=http%3A%2F%2Fwww.sunhome.ru%2Fmp3) *также способна создать напряжение, вызвать диссонанс, стресс и боль в организме.*

*\* Спокойная фоновая* [*музыка*](http://away.promodeejay.net/away?url=http%3A%2F%2Fwww.sunhome.ru%2Fmp3) *или современные оркестровки, в которых нет четких ритмов, усиливает состояние расслабленной готовности.
\** [*Музыка*](http://away.promodeejay.net/away?url=http%3A%2F%2Fwww.sunhome.ru%2Fmp3) *в стиле панк, рэп, хип-хоп и грандж может возбудить нас, повысить активность.*

*\* Религиозная и обрядовая* [*музыка*](http://away.promodeejay.net/away?url=http%3A%2F%2Fwww.sunhome.ru%2Fmp3)*, включая барабаны шаманов, церковные гимны, храмовую музыку, может успокоить нас и привести в состояние умиротворения.*

**

******

***Воздействие музыки на психику человека***

*« Игра на музыкальных инструментах всё-таки*

*стимулирует развитие головного мозга,*

*по крайней мере у детей – такой вывод можно*

*сделать на основании результатов исследования,*

*проведённого учёными из медицинской школы... »*

*Магическая сила звуков может привести человека в отчаяние, заставить смеяться или, наоборот, успокоить. Но музыка еще и мощное лечебное средство, способ глубоко воздействовать на физическое и психическое состояние человека.*

*Какая же музыка действует на нас наиболее благотворно? Как выяснили ученые, это, прежде всего, классические произведения. Причем от каждой конкретной болезни помогают вполне определенные композиции. Вот несколько примеров.*

***Успокоиться*** *помогут «Колыбельная» Брамса, «Свет луны» Дебюсси, «Аве Мария» Шуберта, мазурки и прелюдии Шопена, вальсы Штрауса.*

*«Лунная соната» Бетховена, «Кантата №2» Баха и «Симфония» Гайдна, «Итальянский концерт» Баха* ***избавят от неврозов и раздражительности****.*

***Кровяное давление и сердечную деятельность*** *приведет в норму «Свадебный марш» Мендельсона, «Ноктюрн ре-минор» Шопена и «Концерт ре-минор» для скрипки Баха.*

***Головную боль*** *снимет прослушивание полонеза Огинского, «Венгерская рапсодия» Листа, «Фиделио» Бетховена.*

***От бессонницы*** *избавят сюита «Пер Гюнт» Грига, «Грустный вальс» Сибелиуса, «Грезы» Шумана, пьесы Чайковского.*

***От гастрита*** *поможет «Соната N7» Бетховена.*

*Вокальная музыка считается наивысшим искусством, т.к. она естественна. Как бы ни были совершенны струны, они не могут воспроизвести то же впечатление на слушателя, что и голос, который исходит прямо из души как дыхание и приносится на поверхность посредством души, ума и голосовых органов тела. Когда душа хочет выразить себя в голосе, она сначала вызывает активность в уме, а ум с помощью мысли проецирует тонкие вибрации в ментальный план. Они должным образом развиваются и проходят в виде дыхания через область живота, лёгких, рта, горла, носовых органов, заставляя всё время вибрировать воздух, пока не проявится на поверхности как голос. Можно сказать, что голос имеет тот магнетизм, которым не обладает инструмент, потому что голос - идеальный природный инструмент, по образу которого смоделированы все инструменты мира. Чаще надо петь, и тогда мы сможем оказать своему организму неоценимую услугу, т.е. избавить его от многих болезней.*

*В сущности, пение - это пропевание гласных звуков. Например, если петь гласные, то:*

*А - насыщает организм кислородом,*

*Е - удаляет избыток отрицательной энергии,*

*И - активно воздействует на мозг, глаза, нос и уши,*

*О - оказывает оздоровительный эффект на сердце и лёгкие,*

*У - оказывает положительное воздействие на область живота,*

*Э - укрепляет сердечно-сосудистую систему,*

*Ю - при болезнях почек, мочевого пузыря, костей,*

*Я - оказывает обезболивающий эффект,*

*В - воздействует на нервную систему, спинной мозг.*

******

****

***Музыка для души***

*Музыка способна объединить людей в едином переживании, стать средством общения между ними. Воспринимается как чудо, что музыкальное произведение, созданное одним человеком, вызывает определённый отклик в душе другого.*

*Яркие художественные произведения, выражающие мир больших мыслей и глубоких чувств человека, способные вызвать эмоциональный отклик, воздействуя на эстетическую сторону души, становятся источником и средством воспитания.*

*Музыка, по выражению Д. Шостаковича, «прекрасный своеобразный язык». Сочетая выразительную, яркую мелодию, гармонию, своеобразный ритм, композитор выражает своё мироощущение, своё отношение к окружающему. Такими произведениями и обогащаются все те, кто воспринимает их. Способна ли музыка с одинаковой силой воздействовать на всех слушателей? Разумеется, нет. И в этом ещё одна её особенность. Каждый человек по своему проявляет интерес и увлечение музыкой., отдаёт предпочтение какому-либо музыкальному жанру, любимому композитору, отдельному произведению, имея определённый опыт слушания. Как учатся писать, читать, рисовать, считать, так надо учиться узнавать, оценивать музыку, слушать внимательно, отмечая динамическое развитие образов, столкновение и борьбу контрастных тем и их завершение. Восприятие слушателя должно следовать за всем ходом развития музыки. Надо учиться постигать этот прекрасный своеобразный язык. Ещё одна интересная особенность музыки – воздействовать на человека с самых первых дней его жизни. Услышав нежный напев колыбельной, ребёнок сосредоточится, затихает. Но вот раздаётся бодрый марш, и сразу меняется выражение детского лица, оживляются движения! Ранняя эмоциональная реакция позволяет с первых месяцев жизни приобщать детей к музыке, сделать её активным помощником эстетического воспитания. Пусть в вашем доме звучит классическая музыка, которая своими волшебными звуками может исцелять, развить умственные, интеллектуальные способности, скоординировать психологическое состояние, подарить радость.*

***Самое главное, что нужно помнить родителям – никогда не поздно начать приобщать ребенка к бесценному источнику нравственного и культурного развития – классической музыке!***

****

***Музыкальный дар есть у каждого***

*Исследования известных ученых, педагогов доказывают возможность и необходимость формирования у ребенка памяти, мышления, воображения с очень раннего детства. Не является исключением и возможность раннего развития у детей музыкальных способностей. Есть данные, которые подтверждают факты влияния музыки на формирующийся в период беременности женщины плод и положительное ее воздействие на весь организм человека в дальнейшем. Музыка всегда претендовала на особую роль в обществе. В древние века музыкально-медицинские центры лечили людей от тоски, нервных расстройств, заболеваний сердечно-сосудистой системы. Музыка влияет на интеллектуальное развитие, ускоряя рост клеток, отвечающих за интеллект человека. Не случайно, занятия математикой в пифагорейской школе проходили под звуки музыки, повышающей работоспособность и умственную активность мозга. Музыкой можно изменять развитие: ускорять рост одних клеток, замедлять рост других. Но главное, музыкой можно влиять на эмоциональное самочувствие человека. Бессмертные музыкальные произведения Моцарта, Бетховена, Шуберта, Чайковского способны активизировать энергетические процессы организма и направлять их на его физическое оздоровление.  Наиболее благоприятного периода для развития музыкальных способностей, чем детство, трудно представить. Ведь задатки к музыкальной деятельности (то есть физиологические особенности строения организма, например, голосового аппарата или органа слуха) имеются у каждого. И если для музыкального развития ребенка с самого его рождения созданы необходимые условия, то это дает значительный эффект в формировании его музыкальности. Природа щедро наградила человека. Она дала ему все для того, чтобы видеть, ощущать, чувствовать окружающий мир, Она позволила слышать все многообразие существующих вокруг звуковых красок. Прислушиваясь к собственному голосу, голосам птиц и животных, таинственным шорохам леса, листьев и завыванию ветра, люди учились различать интонацию, высоту, длительность. Из необходимости и умения слушать и слышать рождалась музыкальность – природой данное человеку свойство. Итак, все мы от природы музыкальны. Об этом необходимо знать и помнить каждому взрослому, так как от него зависит, каким станет в дальнейшем его ребенок, как он сможет распорядиться своим природным даром. Музыка детства - хороший воспитатель и надежный друг на всю жизнь. Желая подружить с ней малыша, родным и близким нужно помнить следующее.
1. Ранее проявление музыкальных способностей говорит о необходимости начинать музыкальное развитие ребенка как можно раньше. «Если не заложить с самого начала прочный фундамент, то бесполезно пытаться построить прочное здание: даже если оно будет красиво снаружи, оно все равно развалится на куски от сильного ветра и землетрясения», - считают педагоги. Время, упущенное как возможность формирования интеллекта, творческих, музыкальных способностей ребенка, будут невосполнимо.
2. Путь развития музыкальности каждого человека неодинаков. Поэтому не следует огорчаться, если у вашего ребенка нет настроения что-нибудь спеть или ему не хочется танцевать, а если и возникают подобные желания, то пение, на ваш взгляд, кажется далеким от совершенства, а движения смешны и неуклюжи. Не расстраивайтесь! Количественные накопления обязательно перейдут в качественные. Для этого потребуется время и терпение.*

*3. Отсутствие какой-либо из способностей может тормозить развитие остальных. Значит, задачей взрослого является устранение нежелаемого тормоза.
4. Не «приклеивайте» вашему ребенку «ярлык» – немузыкальный, если вы ничего не сделали для того, чтобы эту музыкальность у него развить.
Постарайтесь запомнить главное: чем активнее общение вашего ребенка с музыкой, тем более музыкальным он становится, чем более музыкальным он становится, тем радостнее и желаннее новые встречи с ней.*

*Однако выбор музыки - только полдела. Поначалу музыке суждено оставаться в жизни малыша только фоном, на который почти не обращают внимания. Взрослые часто уже не помнят особенностей детского восприятия музыки, которое состоит в том, что совсем маленькие дети музыку как бы не слышат - они не реагируют на нее, спокойно занимаясь своими делами: играют, рисуют… Конечно, даже такое пассивное слушание откладывается в подсознании. Однако ребенку можно помочь "услышать" музыку, чтобы ее восприятие было более осмысленным и доставляло осознанное удовольствие. Самый простой прием: предложить малышу потанцевать или помаршировать под ритмичную музыку, вместе или в компании с игрушкой - а может быть, посмотреть, как танцует мама. Другой испытанный способ заинтересовать - игра "На что это похоже?", когда ребенок попробует угадать, что он слышит в музыке: шелест дождя, пение птиц, походку разных животных… Для этой игры очень подходят такие программные произведения, как "Времена года" - и Чайковского, и Вивальди. Пьесы, не имеющие явного сюжета, по-своему хороши тем, что со временем ребенок сможет придумать к ним любую историю с самыми удивительными приключениями - и даже нарисовать к ней картинку. Любимая музыка может стать изысканным обрамлением дня. Однажды выбранные красивые мелодии могут служить приглашением к столу, дневной и вечерней колыбельными, фоном для занятий, например, рисованием - достаточно короткого узнаваемого фрагмента. Кстати, важно не "перегрузить" малыша музыкой, не утомить - музыка должна доставлять удовольствие, а не превращаться в докучливый шум. Постепенно ребенок привыкает к жизни под музыку - причем под очень хорошую музыку. Он начинает различать оттенки и красоту мелодий. Его мир становится богаче, а чувства - тоньше. Со временем, лет с трех, он сможет слушать музыку уже без дополнительных игр и уловок - "давай потанцуем", "на что это похоже"… Многие малыши к этому времени осваивают кнопочки музыкального центра и сами начинают ставить себе диски. Однажды, когда ребенок сможет с удовольствием слушать музыку больше получаса, можно будет устроить красивый домашний концерт: отложить все дела, нарядно одеться, погасить верхний свет, зажечь свечи и всей семьей молча послушать какое-нибудь классическое произведение, удобно устроившись в креслах. Самые "продвинутые" маленькие любители музыки лет в пять-шесть впервые попадают на концерты. Правда, многим приятнее слушать музыку дома: в конце концов, где, как не дома, можно вскочить с места и потанцевать под мелодию, захватившую тебя? Разумеется, было бы очень здорово, если бы в доме иногда звучала живая музыка, то есть кто-то из взрослых играл хотя бы простенькие мелодии на фортепиано, гитаре, аккордеоне, скрипке или флейте. Некоторые, самые простые музыкальные инструменты, может освоить и малыш: тамбурин, металлофон, дудочку. Это стоит сделать, несмотря даже на то, что самые простые инструменты, такие, как, например, треугольник, вообще не издают звуков музыки - они лишь производят звуки. Но звуки красивые, и умение слышать их красоту - тоже признак настоящей культуры. Ведь мир полон волшебных звуков. нужно только услышать их. Кстати, один из самых загадочных и чудесных звуков можно воспроизвести с помощью очень простых предметов: гитары и горсти сухой рисовой крупы. Если медленно высыпать горсть риса на струны лежащей гитары, она издаст тихий и совершенно сказочный шелестящий звон. Ребенку обязательно понравится!*





**ГБОУ детский сад №2673**

**Психолого-педагогическое сопровождение проекта «Классическая музыка в детском саду»**

**Консультации для родителей и педагогов**

Подготовила: педагог-психолог Кунафеева Г.Ю.





Поздравляем

с победой на конкурсе

«Серебряный колокольчик»!

Наших воспитанников: **Полтеву Ксению, Бобылева Антона, Гришину Александру, Груздеву Дарью, Дыбина Андрея, Королева Илью, Крюкову Дарью, Мартынову Валерию, Перепелкину Викторию, Якубова Руслана, Шипалова Максима, Шаповалову Елизавету, Алдошину Кристину, Дунай Никиту**

и педагогов

музыкального руководителя

**Андросову Гульнур Равильевну**

Педагога дополнительного образования

**Попик Ирину Петровну**

Коллектив ГБОУ д\с №2673

**«Серебряный колокольчик-2012»**



