



Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад комбинированного вида №48 г. Ставрополя

**Коллегам на заметку
«Влияние музыки на организм ребенка
и его развитие»**

Музыкальный руководитель:
Михайличенко Е.А.

Ставрополь
2016



Каждый день большинство из нас слушает разную музыку, которая, так или иначе встретится где-нибудь, независимо от того, хотим мы этого или нет - в машине, автобусе, супермаркете, кинотеатре, на улице, на дискотеке, в баре или ресторане - везде, где бы мы ни находились, нас сопровождают звуки музыки.

При этом вряд ли кто-то задумывается, какое огромное влияние она оказывает на наш внутренний мир и внешнее его выражение - поведение.

Начнём с того, что звуковые волны - это физическое явление, музыка - это те же звуковые волны. Различные по частоте звуки по-разному влияют на человека. Учёные установили, что это напрямую связано с ритмами головного мозга.



Чрезмерное увлечение дискотеками, шумной поп-музыкой, компьютерами перегружает, а порой разрушает психику человека, особенно молодого организма. С каждым десятилетием музыка становится быстрее и агрессивнее. Это дало нам новые ритмы 140, 150, 160 ударов в минуту и более. Но известно, что организм человека не рассчитан жить в этих ритмах постоянно. За подобный прогресс мы платим серьёзными сбоями в центральной нервной системе, нарушениями сна, депрессиями и повышенной раздражительностью.

Классическая музыка, в основном, написана в ритме работы сердца (60-70 ударов в минуту) и поэтому благотворно влияет на основные функции всего организма.



К этому времени американские ученые Линн Купер и Милтон Эриксон уже обнаружили, что у людей, слушающих звуки метронома в ритме 60 ударов в минуту, наступает "альфа-состояние" - идеальное для обучения и запоминания.

Музыка наших десятилетий написана не только в бешеных ритмах, но и перегружает наш слух чрезмерной громкостью.

Наше ухо настроено воспринимать обычный звук в 55-60 децибел. Громкий звук составит 70 децибел. Сильный по интенсивности звук вызывает невероятный слуховой стресс. Громкость звука на площадке, где установлены стенки с мощными динамиками, используемые во время рок-концертов, достигает 120 дб, а в середине площадки до 140-160 дб. На рок-концертах нередки контузии звуком, звуковые ожоги, потеря слуха и памяти. (120 дб. соответствует громкости рёва взлетающего реактивного самолета в непосредственной близости, а средние величины у плеера с наушниками составляют 80-110 дб.).



Во время такого звукового стресса, из почек (надпочечников) выделяется стрессовый гормон - адреналин. Такой процесс происходит при каждой стрессовой ситуации. Но воздействие раздражителя не прекращается и происходит перепроизводство адреналина, который стирает часть запечатленной в мозгу информации. Человек просто забывает, что с ним было, или что он изучал, и умственно деградирует. Не так давно швейцарские медики доказали, что после рок-концерта человек ориентируется и реагирует на раздражитель в 3,5 раза хуже, чем обычно.



Начиная с XIX в. наука накопила немало жизненно важных сведений о воздействии музыки на человека и живые организмы, полученных в результате экспериментальных исследований.



Особое внимание уделяется воздействию музыки великих гениев-классиков и вообще классической музыки на живые организмы. Например, создатель музыкальной фармакологии американский ученый Роберт Шофлер предписывает с лечебной целью слушать все симфонии Чайковского и увертюры Моцарта, а также "Лесного царя" Шуберта. Шофлер утверждает, что эти произведения способствуют ускорению выздоровления. Ученые из Самарканда пришли к выводу, что звуки флейты-пикколо и кларнета улучшают кровообращение, а медленная и негромкая мелодия струнных инструментов снижает кровяное давление. Установлено, что лирические напевы Чайковского, мазурки Шопена, рапсодии Листа помогают одолеть трудности, превозмочь боль, обрести душевную стойкость.



Известный русский хирург академик Б.Петровский использовал музыку во время сложных операций: согласно его наблюдениям под воздействием музыки организм начинает работать более гармонично.



Выдающийся психоневролог академик Бехтерев считал, что музыка положительно влияет на дыхание, кровообращение, устраняет растущую усталость и придает физическую бодрость. Уже давно известно, что звуки колокола, содержащие в себе резонансное ультразвуковое излучение, за считанные секунды убивают тифозные палочки, возбудителей желтухи и вирусы гриппа.



Использование определённых музыкальных звуков также применяется для лечения сахарного диабета. Таким образом, изменяя и регулируя свое психическое состояние, человек может изменить уровень сахара в крови. В Этом большую помощь оказывают аудиокассеты с записью звуков природы: шума прибоя, пения птиц, рокота океанских волн, раскатов грома, шума дождя.



Михаил Лазарев, врач-педиатр, директор детского центра восстановительного лечения, утверждал что классическая музыка прекрасно воздействует на формирование костной структуры плода. Под звуки гармонической музыки ребенок еще в лоне матери будет гармонично духовно и физически развиваться.



Исследования центра под руководством Лазарева показали, что музыкальные вибрации оказывают влияние на весь организм. Они благотворно влияют на костную структуру, щитовидную железу, массируют внутренние органы, достигая глубоко лежащих тканей, стимулируя в них кровообращение.



Вследствие увеличения учебных нагрузок возникают проблемы: стрессы, повышенное состояние тревожности, утомление, ухудшение детского здоровья в целом. По данным психофизиологов в период формирования мозга (до 7-9 лет) вклад правого полушария в обеспечение психологического функционирования превышает вклад левого полушария,

The left margin of the page features several staves of musical notation. The notation includes notes, rests, and dynamic markings such as 'p' (piano) and 'f' (forte). Some notes are numbered, possibly indicating fingerings or sequence. The background of the page is a light, aged paper with some water damage or staining at the top right.

познавательная деятельность детей в возрасте до 7 лет имеет непосредственный, целостный и образный характер.

Но, к сожалению, методы преподавания, которые превалируют в школьной системе и зачастую переносятся в процесс обучения дошкольников, в основном ориентированы на левополушарное восприятие. Это влечет за собой проблему мотивации – дети теряют природный интерес к учению уже в раннем возрасте и не приобретают его в школе. Все эти проблемы не только неизбежно снижают эффективность учебных процессов, но и пагубно сказываются на физическом и психическом здоровье детей. Однако, огромное значение для оптимизаций функций мозга и развития учебных навыков имеет не только процесс восприятия музыки, но и другие виды музыкальной деятельности – пение (в том числе сольфеджио), музыкально-теоретическая деятельность, музыкальный анализ, игра на музыкальных инструментах, движение под музыку, музыкальное творчество.

Большое воздействие на организм имеет не только прослушивание, игра, но и пение.

Был создан певцом и врачом, Сергеем Вагановичем Шушарджаном лечебно-профилактический метод, названный им вокалотерапией, он состоит, прежде всего, в правильном певческом дыхании. „Существует набор специальных упражнений, - рассказывал Сергей Ваганович, - с помощью которых можно довести способность управления дыханием до совершенства”. Это своеобразный мягкий, эластичный массаж внутренних органов.

Он говорил: пойте, чтобы быть здоровыми; лечить можно не только словом, но и музыкой, пением и даже протяжным многократным произнесением с улыбкой некоторых звуков. Так, звук “а - а” массирует глотку, гортань, щитовидную железу; звук “о - о” оздоравливает среднюю часть груди; звук “о - и - о - и” массирует сердце; звук “и - э - и” воздействует на мозг, почки, железы внутренней секреции; звук “а - у - э - и” помогает всему организму в целом.

В конце XX века американским ученым удалось выявить путем сканирования мозга, как годы музыкальной практики изменяют мозг музыкантов. Так, было показано, что мозг музыкантов в определенных зонах имеет гораздо больше нервных клеток. Профессор Готтфред Шлауг обследовал профессиональных музыкантов и 15 человек, не имеющих к музыке никакого отношения. Обе группы состояли только из мужчин. У музыкантов 4 зоны мозга содержали большее количество серого вещества, чем мозг не-музыкантов. Все 4 зоны связаны с музыкальными способностями.

Поэтому, каждый педагог должен помнить, что он участвует в формировании внутреннего мира ребенка, способен влиять на развитие как организма в целом, так и способностей ребенка. И, если найти правильный подход в развитии данных способностей, можно достичь достаточно высоких результатов.