

МУЗЫКА И ДЕТИ

Лукиянова Н.В.

Лукиянова Наталья Валерьевна – музыкальный руководитель,
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение № 18, г. Ульяновск

Аннотация: в статье анализируется влияние классической музыки и различных музыкальных стилей на физическое, эмоциональное, психическое развитие детей. Приводятся исторические факты воздействия музыки на оздоровление людей. Раскрывается понятие «Эффект Моцарта», приводятся доказательства о пользе пения. А также предлагаются примеры классической музыки для слушания.

Ключевые слова: музыка, дети, классика, пение, воспитание.

Значимость музыки в воспитании дошкольников.

Дошкольное детство - уникальный возраст, именно в этом возрасте закладываются основы всего будущего развития человека.

Целью воспитания дошкольного образовательного учреждения является формирование всесторонне и гармонически развитой личности.

Для гармонически развитой личности ребенка огромное значение имеют разнообразные художественные деятельности — изобразительная, музыкальная, художественно - речевая, игровая. Важной задачей в музыкальном развитии дошкольника является формирование у детей эстетических интересов, потребностей, а также эстетического вкуса и способностей.

Музыкальное воспитание занимает одно из ведущих мест в содержании воспитательного процесса дошкольного образовательного учреждения, оно тесно связано с эстетическим и способствует формированию у ребенка представлений и знаний о прекрасном в жизни и искусстве, эстетических оценок и эстетического отношения ко всему, что нас окружает [1].

Исторические факты

Человечество издревле знакомо с врачующим действием музыки. Пифагор - первый, кто научно подошёл к музыкальному искусству и сказал, что музыка способствует здоровью души и тела. Платон, великий учитель древности и последователь учения Пифагора, считал музыку главным средством воспитания гармонической личности.

Аристотель также утверждал, что с помощью музыки можно определенным образом влиять на формирование человека и что музыка способна оказывать известное воздействие на этическую сторону души.

Так, ещё в египетских папирусах были найдены упоминания о том, как древние жрецы оздоравливали египтян с помощью мелодии и звуков. А в ветхом завете говорится, что царь Давид игрой на арфе лечил нервное помешательство царя Саула [5].

Еще в XIX веке ученый И. Догель установил, что под воздействием музыки меняются кровяное давление, частота сокращений сердечной мышцы, ритм и глубина дыхания, как у животных, так и у человека.

С 1965 года в Швеции существует музыкально-терапевтическое общество. Благодаря сотрудникам этой организации, стало известно всему миру, что звуки колокола, содержащие в себе резонансное ультразвуковое излучение, за считанные секунды убивают тифозные палочки, возбудителей желтухи и вирусы гриппа. Учёные установили, что звуки, исходящие с различной периодичностью в определённой тональности, способны убивать болезнетворные микробы. Когда в средние века города охватывала эпидемия чумы, чтобы справиться с ней, народ, не переставая, звонил в колокола. И это действительно помогало. Сегодня достоверно известно, что активность микробов в организме человека падает на 40%, после того как он продолжительное время слушает церковную музыку или колокольный звон [6].

В 2003 году Минздрав России признал музыкотерапию официальным методом лечения. Музыкотерапия в мире становится признанной наукой. Более того, в целом ряде западных вузов сегодня готовят профессиональных докторов, лечащих музыкой. Современные ученые так объясняют влияние музыки на здоровье: музыкальные звуки создают энергетические поля, которые заставляют вибрировать каждую клетку нашего организма. Таким образом, мы испытываем на себе определённого рода клеточный массаж. Мы поглощаем «музыкальную энергию», и она изменяет ритм нашего дыхания, кровяное давление, частоту сердечных сокращений. Одна музыка помогает одолеть трудности, превозмочь боль, обрести душевную стойкость, прибавляет силы. Другая — способна вернуть в коматозное состояние, заставить паниковать или вызвать тошноту [7].

Классическая музыка

Особое внимание уделяется воздействию музыки великих гениев-классиков и вообще классической музыки на живые организмы. Вот лишь некоторые наблюдения.

Создатель музыкальной фармакологии американский ученый Роберт Шофлер предписывает с лечебной целью слушать все симфонии Чайковского и увертюры Моцарта, а также «Лесного царя» Шуберта и оду «К радости» Бетховена из его 9-й симфонии. Шофлер утверждает, что эти произведения способствуют ускорению выздоровления.

Лучшим средством от бессонницы считаются пьесы Сибелиуса и Грига, ну и, конечно, Чайковского [3].

Ученые из Самарканда пришли к выводу, что звуки флейты-пикколо и кларнета улучшают кровообращение, а медленная и негромкая мелодия струнных инструментов снижает кровяное давление.

Считается, что прослушивание произведений Бородина, Шопена, Бетховена помогает разобраться в собственных чувствах, лучше познать себя. Симфонии Чайковского освобождают душу от страданий и неприятных воспоминаний. Брамс, медленные произведения Баха и прелюдии Листа помогают преодолеть застенчивость, музыка Шостаковича - держать под контролем отрицательные эмоции (злобу, раздражительность) [4].

Творения Моцарта и Бизе, танцевальные произведения Штрауса, Кальмана и Легара формируют у человека оптимистическое мироощущение, а слушание концертов для фортепиано с оркестром Шопена делает отношение окружающему миру более позитивным и радостным [3].

Также учёные рекомендуют слушать композиции своих народностей, - «Человек должен помнить о своих корнях». Народная музыка оказывает положительное влияние на человека — она отлично успокаивает, как бы возвращая людей к их историческим корням [2].

Но как же влияют разные стили музыки на организм человека?

В отличие от классической музыки медики не рекомендуют долго слушать группы, играющие в стиле рэп, хард-рок и хеви-метал. Об этом говорят исследования, проведенные недавно мельбурнскими учеными. Хард-рок часто является причиной несознательной агрессии, рэп пробуждает отрицательные эмоции, а хеви-метал и вовсе может стать причиной психических расстройств [8].

Что касается других жанров: блюз, джаз и регги могут вывести вас из депрессивного состояния; музыка в стиле поп кому-то может поднять настроение, а кому-то испортить; мышечное и нервное напряжение снимет мелодичный рок, а тяжелый рок, наоборот, введет в ступор [2].

В свое время американский ученый-медик Дэвид Элкин доказал, что пронзительный звук большой громкости способствует сворачиванию белка (сырое яйцо, положенное перед громкоговорителем на одном из концертов, через три часа превратилось в «варёное»). Также у любителей громкой музыки сгущается кровь, сердцу трудно её качать, что приводит к сердечно-сосудистым заболеваниям. «Тяжелый металл» приостанавливает рост растений, а в ряде случаев способствует их гибели. Рыба, подвергнутая рок-обработке группы «Пинк Флойд», сдохла и всплыла на поверхность ближайшего к концертной площадке водоёма.

Не являются исключением и люди. Исследования показали, что подростки, после получасового пребывания на дискотеке, полностью теряют над собой контроль и впадают в состояние, близкое к гипнотическому. Находящиеся в концертных залах слушатели не смогли ответить на вопросы: «Как вас зовут?», «Где вы находитесь?», «Какой теперь год?», а также временно забывали таблицу умножения [8].

«Эффект Моцарта»

Специалисты считают музыку Моцарта феноменом в области воздействия музыки на живые организмы. Существует такое понятие, как **«эффект Моцарта»**. Учёные провели эксперимент, и установили, что музыка Моцарта повышала умственные способности у всех участников эксперимента – как у тех, кто любит Моцарта, так и у тех, кому она не нравится.

Музыка Моцарта обладает универсальным расслабляющим эффектом, действующим на детей успокаивающе.

Звуки музыки Моцарта укрепляют микроскопические мышцы среднего уха, улучшая слух, память и стимулирует мышление.

Произведения Моцарта рекомендуются для снятия головной боли, а также во время восстановительного периода, например, после экзаменов, контрольных работ, конфликтов и экстремальных ситуаций и т.д.

Моцарт вызывает у детей прилив творческих сил, приводя к повышению к успехам в деятельности на 40-50% [4].



Рис. 1. Юный пианист

Польза пения

Ученые так же установили, что полезно не только слушать и исполнять на каком либо инструменте музыку, но и петь.

Ученые обнаружили, что во время пения в мозгу вырабатываются особые химические вещества, благодаря которым, человек ощущает покой и радость. По их мнению, пение приводит в движение находящиеся в мозгу «молекулы, ответственные за эмоции», поэтому с помощью пения можно не только выразить, но и вызвать те или иные чувства. Вибрация голоса очень важна для хорошего самочувствия. Воспроизведение некоторых гласных заставляет вибрировать железы, железы и помогает очищать организм от заболеваний [1].

Когда человек поет, в его организм поступает большое количество кислорода, при этом улучшается кровообращение всего организма, снижается артериальное давление, нормализуется сердцебиение. Улучшение кровообращения благотворно влияет на голосовые связки, миндалины и многочисленные лимфоузлы, что значительно повышает местный иммунитет. У любителей петь или просто что-то напевать себе под нос горло болит реже, снижается восприимчивость к простудным заболеваниям. Улучшение кровоснабжения при пении ведет к активизации деятельности головного мозга: он начинает работать интенсивнее, улучшается память, легче воспринимается любая информация.

Причём, улучшение кровоснабжения головы в целом производит омолаживающий эффект, улучшает состояние кожи.

По мнению врачей, пение очень полезно при заболеваниях лёгких, так как не только заменяет дыхательную гимнастику, но и способствует развитию грудной клетки, правильному дыханию, что значительно снижает число обострений.

Из приведённых примеров и опытов, мы видим, что произведения различных музыкальных стилей действительно по-разному влияют на эмоциональное состояние человека, поэтому, очень важна избирательность в музыке. Хочется отметить, что классическая музыка особенно положительно влияет на умственную деятельность и поведение детей, она способна вдохновить на творчество, поднимает силу духа, помогает понять глубокий смысл жизни.

Задача педагогов дошкольных учреждения - по возможности упорядочить воздействие информационной среды на детей, формируя у них критическое отношение к поступающей экранной и окружающей информации. Важно сформировать у юной личности самостоятельность в эстетической оценке действительности. Избирательное, систематическое обогащение музыкальными впечатлениями и целенаправленное руководство в процессе работы по всем видам музыкальной деятельности, способствует развитию музыкальности детей и служит гармоничному развитию личности дошкольника [1].

Мир классической музыки невероятно многогранен.

Предлагаю десять классических композиций для детей от 0 до 5 лет.

1. В.А. Моцарт. Соната для фортепиано № 1 До мажор.

2. В.А. Моцарт. Соната для двух фортепиано Ре мажор K448 — целебные свойства этой сонаты заключаются в уменьшении количества эпилептических атак, что доказано и медиками, и учеными. Под такую музыку хорошо делать зарядку, играть в подвижные игры.

3. В.А. Моцарт. Концерт для фортепиано с оркестром № 20 Ре минор, 2 часть. Фортепианные концерты Моцарта обучают концентрации, осознанности, помогают повышать уровень умственной организации.

Вторая часть отлично подойдет для тихих игр перед сном, размеренный ритм меньше чем за 10 минут снимет излишнее перевозбуждение, приведет в равновесие нервную систему.

4. И.С. Бах. Сюита для виолончели № 1, Соль мажор, прелюдия в исполнении гитары. Если малыш подвержен агрессии, мышечному напряжению, то регулярное прослушивание сюит Баха через некоторое время их снимет. Особенно рекомендую обратить внимание на гитарное исполнение, оно как бы «высветляет», смягчает звучание, ведь на гитаре играют пальцами (pizzicato), а на виолончели — при помощи смычка.

5. Л.В. Бетховен «Лунная соната» № 14 — снимет раздражительность, невроз, поднимет над уровнем повседневности. Будет уместно включить «Лунную сонату» при сеансе массажа, малыш быстрее успокоится.

6. А. Вивальди «Времена года», Зима, Февраль. Лучшим музыкальным терапевтом эпохи барокко был итальянский композитор Антонио Вивальди. Из-за врожденной деформации грудной клетки ему было трудно дышать, передвигаться без посторонней помощи, и поэтому всю свою внутреннюю силу, весь свой темперамент Вивальди вложил в музыку.

Экспериментально установлено, что дети еще в утробе матери успокаиваются под звуки музыки Антонио Вивальди, так что все его произведения будут полезны малышам, а начать стоит с цикла «Времена года». И лучше всего с такой спокойной части, как Зима (Февраль), под звуки которой так и представляются кружащиеся снежинки, заснеженная деревенька, дети катаются на санках или лепят снежную бабу.

7. И. Штраус Полька «Трик-Трак» — пришло время попрыгать, потанцевать. Полька легкая, воздушная, с небольшими кульминациями, так что вам будет удобно расставлять танцевальные акценты. Обратите внимание ребенка на ударные инструменты: треугольник, барабан, трещотку. Добавляйте постепенно и польки и вальсы, не очень длинные. Танцуйте вместе с ребенком, помогая ему развивать чувство ритма.

8. Ф. Шопен Прелюдия № 1 До мажор — эта короткая полуминутная прелюдия может дать толчок к деятельности застоявшемуся ребенку и задумавшемуся родителю. Подбирайте

прелюдии Шопена в соответствии с вашим настроением, наблюдайте за их воздействием, они пропитаны глубокими эмоциями, способными быстро передаваться слушателю.

9. Шарль Камиль Сен-Санс. Карнавал животных. 14 музыкальных миниатюр, иллюстрирующих животный мир, развивают воображение ребенка. Творите вместе с ним, изображайте и черепах, и львов, и кенгуру, и, конечно, всеми любимого лебедя. Ребенок, начиная с двух лет, будет ловить каждое ваше движение, пытаться его повторить. Ребенок помладше будет с жадностью следить за вашими пантомимами под музыку. Начните с одной части в день, потом малыш сам будет просить вас о таких сеансах.

10. Н.А. Римский-Корсаков. Полет шмеля. Еще одно музыкальное произведение, обладающее четким образом. В дополнение перескажите сюжет сказки А.С. Пушкина, ведь «Полет шмеля» входит в оперу «Сказка о царе Салтане». Попробуйте покружиться вместе с ребенком — эта скоростная интерлюдия — замечательное сопровождение для развития вестибулярного аппарата! Если у вас дома есть любой музыкальный инструмент, пользуйтесь им. Необязательно быть Ростроповичем, достаточно придумать красочный образ. С самого раннего возраста давайте ребенку в руки колокольчик, затем барабан, позже губную гармошку и дудочку. Последние два инструмента стимулируют развитие речи ребенка. Не забывайте о фортепиано, даже старенький инструмент даст понятие о том, как щебечут птички или топает медведь [4].



Рис. 2. Юные артисты

Список литературы

1. Волкова Т.И. Психология, 2002. ЭКСМО. Москва. Стр. 345-380.
2. Зельницкая Н.Д. Музыка в нашей жизни, 1998. Астрель. Тула.
3. Лукашевич В.И. Классика - забытое прошлое, 2004. Книга. М. ДРОФА.
4. Влияние классики на людей. [Электронный ресурс]. Режим доступа: www.classicalmusic.ru/ (дата обращения: 10.09.2018).
5. Музыка в Древние времена и при Древних Людах. [Электронный ресурс]. Режим доступа: www.music-in-ancient_time.ru/ (дата обращения: 10.09.2018).
6. Музыкаотерапия, основанная на прослушивании классической музыки. Сайт врача и его разработки. [Электронный ресурс]. Режим доступа: www.rognovsergey.ru/ (дата обращения: 10.09.2018).
7. Музыкаотерапия. Её виды и формы. Журнал «Здоровье». Страницы в интернете. [Электронный ресурс]. Режим доступа: www.zdoroviemagazin.ru/ (дата обращения: 10.09.2018).
8. Современная молодёжь и её музыкальные вкусы. [Электронный ресурс]. Режим доступа: www.yangpeople.ru/ (дата обращения: 10.09.2018).