**Муниципальное автономное дошкольное учреждение ЦРР детский сад №50**

**города Тюмени**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  Классическая музыка все может, Она расскажет, посоветует, поможет, И даже можно не учиться петь, играть, Достаточно прилежным слушателем стать. Настроить уши, сердце, душу, Классическую музыку чтоб слушать. История и краски заиграют сами, Гармония и мир пребудут с нами. *Инесса Митина* |

**Влияние классической музыки на психо - эмоциональное**

**состояние ребенка.**

Для вас, родители.

г. Тюмень

**Что такое ФГОС?**

**С 1 января 2014 года вступил в силу Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования (ФГОС ДО), утвержденный приказом Минобрнауки России от 17.10.2013 № 1155. Какие изменения в профессиональную деятельность музыкального руководителя детского сада внёс этот документ?**

Первое, что следует отметить, познакомившись с ФГОС дошкольного образования – это ориентация нового документа на социализацию и индивидуализацию развития ребёнка в возрасте **от 2 месяцев до 8 лет**. Образовательная программа дошкольной образовательной организации формируется как программа психолого-педагогической поддержки позитивной социализации и индивидуализации развития личности детей дошкольного возраста. В связи с этим все образовательное содержание программы, в т. ч. и музыкальное, становится условием и средством этого процесса. Иными словами, [**музыка**](http://www.resobr.ru/materials/1462/)и детская музыкальная деятельность есть средство и условие вхождения ребёнка в мир социальных отношений, открытия и презентации своего "Я" социуму. Это основной ориентир для специалистов и воспитателей в преломлении музыкального содержания программы в соответствии со Стандартом.

Основное содержание образовательной области "Музыка", к которой мы успели привыкнуть в логике Федеральных государственных требований к структуре основной общеобразовательной программы дошкольного образования теперь представлено в образовательной области "Художественно-эстетическое развитие" наряду с изобразительным и литературным искусством. В этом есть большой плюс, поскольку разделение видов искусства на образовательные области затрудняло процесс интеграции. А по отношению к ребёнку дошкольного возраста в этом вообще мало смысла, для нас важно научить ребёнка общаться с произведениями искусства в целом, развивать художественное восприятие, чувственную сферу, способность к интерпретации художественных образов, и в этом все виды искусства похожи. Их отличают средства художественной выразительности, в этих задачах мы можем разойтись, но в целом назначение любого вида искусства – это отражение действительности в художественных образах, и то, как ребёнок научится их воспринимать, размышлять о них, декодировать идею художника, композитора, писателя, режиссера, зависит от работы каждого специалиста и воспитателя.

В связи с этим, знакомство с классической музыкой детей принимает еще большее значение.

**Что такое классическая музыка?**

Образовательная область "Художественно-эстетическое развитие" (по ФГОС) предполагает формирование элементарных представлений о видах искусства, в частности, музыкального к которому относится классическая музыка. Слово «классический» подразумевает, что произведение заключает в себе серьезное содержание, обращается к вечным вопросам человеческого бытия. Классическая музыка способна выразить то, что невыразимо словами, раскрыть самые глубокие, самые тонкие оттенки человеческих чувств, мыслей, настроений, переживаний, может помочь вызвать к жизни сокровенные помыслы, унести в далекое прошлое, заглянуть в будущее. Слушать классическую музыку нелегко, она требует сосредоточения, моральной и интеллектуальной подготовленности. Однако это не означает, что мир классической музыки недоступен. Чтобы войти в него, необходимы лишь большое желание и немного терпения- и тогда слушатель с удивлением обнаружит, что произведение, написанное много лет назад, расскажет о его собственных чувствах и надеждах, словно композитор смог заглянуть в душу человека, которого никогда не видел.

**Как воздействует классическая музыка на организм человека?**

Одним из требований ФГОС ДО является создание образовательной среды, которая гарантирует охрану и укрепление физического и психического здоровья детей.

Самое всестороннее влияние на человека оказывает классическая музыка. Именно о **влиянии классической музыки на человека** говорится больше всего. Ученые приписывают классическим произведениям просто чудодейственный эффект. Больше всего разговоров ведется вокруг творений таких признанных гениев как Вивальди, Моцарт, Бетховен, Чайковский, Шуберт, Григ, Дебюсси и Шуман. Принято считать, что музыка Моцарта способствуют быстрому усваиванию информации и влияет на умственную работоспособность. Снять мигрень помогут «Венгерская рапсодия» Листа, Полонез Огинского и «Фиделио» Бетховена. Лучшим средством от бессонницы считаются пьесы Сибелиуса и Грига, ну и, конечно, Чайковского. Если не знаете, [что делать с плохой памятью](http://constructorus.ru/zdorovie/ploxaya-pamyat.html), вам должно помочь периодическое прослушивание произведений, входящих в цикл «Времена года» Вивальди.

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 также пробуждает отрицательные эмоции, а хеви-метал и вовсе может стать причиной психических расстройств.

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

Культурная и национальная принадлежность человека тоже является фактором восприятия той или иной мелодии. Скажем, для европейца звучание восточных мотивов не всегда приятно, а длительное воздействие подобной музыки является не просто раздражителем, а может привести к серьезным психическим расстройствам. Это же касается и азиатов, влияние западной музыки на психику человека с востока вряд ли окажется полезным. Поэтому-то ученые и рекомендуют людям 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. Этническая музыка очищает пространство от негативного воздействия и открывает энергетические центры, насыщает биополе человека энергией и нормализует жизненные потоки.Некоторые специалисты убеждены, что не только жанр, ритм и тональность произведения имеют значение, а и то, на каком именно музыкальном инструменте было сыграна мелодия. Звучание отдельно взятого музыкального инструмента влияет на определённый орган человеческого организма. Так, например струнные инструменты (скрипка, гитара, арфа и виолончель) – оказывают оздоровительный эффект на работу сердечнососудистой системы. Помимо этого, звучание струнных вызывает у человека [чувство благодарности](http://constructorus.ru/zdorovie/%D1%87%D1%83%D0%B2%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE%20%D0%B1%D0%BB%D0%B0%D0%B3%D0%BE%D0%B4%D0%B0%D1%80%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%B8), сострадания и жертвенность. |
|  |  |

Игра на пианино и рояле гармонизирует психику, очищает щитовидную железу, приводит в норму работу мочеполовой системы. Звуки органа нормализуют энергетические потоки в позвоночнике и стимулируют мозговую активность. Духовые инструменты очищают бронхи и улучшают работу дыхательной системы, а также положительно влияют на кровообращение. В свою очередь ударные инструменты лечат печень и кровеносную систему.

Впервые научное объяснение влияния музыки на здоровье человека прозвучало из уст древнегреческого ученого и философа Пифагора – «*Всякая мелодия синхронизирует работу внутренних органов человека. Происходит это, потому что любой из наших органов — это источник энергии и электромагнитных волн заданной частоты, а так как звуки музыки тоже являются волнами, они входят с ними в резонанс  – и настройки нашего тела меняются. Когда звучит мелодия, ее акустическое поле налагается на акустическое поле организма и получается, что мы испытываем на себе определенного рода клеточный массаж*.»

Пифагор излечивал многие как душевные, так и физические заболевания, с помощью специально составленных им композиций. Каждое утро он начинал с пения, по его словам это помогало ему возбудить активность к дневной жизни и освободить свой ум ото сна. А вечером он пел песни, дабы успокоить нервы и настроиться на отдых.

Однако Пифагор был не единственный, кто в древние времена лечил людей с помощью музыки. Так, еще в египетских папирусах были найдены упоминания о том, как древние жрецы оздоравливали египтян с помощью мелодий и звуков. А в Ветхом Завете говорится, что Давид игрой на арфе лечил нервное помешательство царя Саула. Да и в самой Греции кроме Пифагора были другие мудрецы, верившие в целительные свойства музыки и ее влияние на здоровье человека.

Например, греческий врач Эскулап больных радикулитом лечил громкой игрой на трубе. Были и другие «лекари-музыканты» — одни игрой на флейте снимали боли, другие пением усмиряли психически больных. Так что человечество издревле знакомо с врачующим действием музыки.

 А что же говорит современная медицина о воздействии музыки на здоровье людей? За последние десятилетия проведены сотни экспериментов, написано множество научных трудов, опубликованы тысячи статей в серьезных медицинских изданиях,… рассказать обо всем в этой статье не получится. Вот лишь некоторые факты из мира медицины, подтверждающие положительное влияние музыки на здоровье и организм человека.

Ученые из Гонконга выяснили, что занятия классической музыкой [развивают память](http://constructorus.ru/zdorovie/pravila-i-sposoby-razvitiya-pamyati.html) и умственные способности детей. Еще одним доказанным фактом положительного влияния классической музыки на здоровье человека является тот факт, что звучные мелодии помогают восстановлению после операции на сердца. Прослушивание радостной и веселой музыки, способной вызвать [позитивные эмоции и хорошее настроение](http://constructorus.ru/uspex/pozitivnyj-nastroj.html), рекомендуется при профилактике сердечнососудистых заболеваний.

По мнению ученых, музыка помогает человеку улучшить циркуляцию крови, снижает кровяное давление, расширяет кровеносные сосуды и замедляет частоту сердечных сокращений.

Ученые установили, что звуки, исходящие с различной периодичностью и в определенной 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.

**Музыкальная аптека.**

|  |
| --- |
| - "Аве Мария" Шуберта, "Лунная соната" Бетховена, "Лебедь" Сен-Санса, "Метель" Свиридова. Эта музыка, как и бодрящие произведения Чайковского, Пахмутовой, Таривердиева, ***избавляет человека от неврозов и раздражительности;******- для профилактики утомляемости необходимо слушать***"Утро" Грига, "Рассвет над Москвой-рекой" (фрагмент из оперы "Хованщина") Мусоргского, романс "Вечерний звон", мотив песни "Русское поле", "Времена года" Чайковского; - ***для стимуляции творческого импульса рекомендуются*** "Марш" из кинофильма "Цирк" Дунаевского, "Болеро" Ревеля, "Танец с саблями" Хачатуряна;- ***нормализуют кровяное давление и сердечную деятельность***"Свадебный марш"Мендельсона; - ***снимает головную боль и невроз*** знаменитый полонез Огинского; - ***нормализует сон и работу мозга*** сюита "Пер Гюнт" Грига; - музыка Моцарта ***активизирует умственное развитие и развивает способности у детей******- Для снижения раздражительности:*** многие произведения Бетховена («Лунная соната», «Симфония ля минор»); произведения Баха, особенно «Кантата №2» - ***Для снятия тревоги:***помогают мазурки и прелюдии Шопена, мелодичные вальсы Штрауса и «Мелодии» Рубинштейна.***- Для устранения чувства озлобленности, а также зависти к успехам других людей***: Бах - Итальянский концерт; Гайдн — симфония.***- Успокаивающая музыка:*** Бетховен - 2 и 3 части Шестой симфонии; Брамс -"Колыбельная"; Шуберт - "Аве Мария"; Дебюсси -"Лунный свет"; - ***От головной боли:*** Лист - Венгерская рапсодия № 1; Хачатурян - сюи­та из музыки к драме Лермонтова "Маскарад"; «Дон Жуан» Моцарта.- ***Против гипертонии, подозрительности и мни­тельности, напряженности в отношениях с другими людьми***: помогает «Концерт ре минор» для скрипки и «Кантата №21» Баха, «Соната для фортепиано» и «Квартет №5» Бартока; «Месса ля минор» Брукнера.  |

**Какую классическую музыку слушать детям дома?**

1. Для того, что бы минимизировать чувство тревоги, слушайте Шопен " Мазурка", Штраус "Вальсы".
2. Хотите, что бы ребенок и вы расслабились, то включите Бетховен "Симфония 6", Дебюсси "Свет луны".
3. Что бы малыш быстрее уснул, можно слушать:
* классическая музыка для детей с медленным ритмом;
* колыбельная.
1. Для концентрации внимания лучше слушать Чайковского или Мендельсона.

**Какую музыку детям слушать нельзя?**

Для нормальной и здоровой психики ребенка, даже в музыке есть свои вето, которых должен придерживаться любой адекватный родитель.

1. Во время сна малыша, нельзя включать музыку - это время для отдыха, за исключением тихой, спокойной колыбельной, которая будет располагать ко сну и сладким сновидениям.

2. Ни в коем случае, не одевайте ребенку наушники. Из-за направленного звука, кроха может получить акустическую травму.

3. Не посещайте с ребенком шумные места, особенно, если ему еще нет 6-ти месяцев. Громкие звуки могут напугать его или шокировать.

4. При детях не включайте к прослушиванию тяжелую музыку (рок, рэп, гранж, металл). Российские ученые доказали, что такая музыка имеет плохое влияние на детей.

Колыбельные, классическая музыка для детей, очень важны в жизни наших малышей. Благодаря такой музыке, дети развиваются.

**Великие люди о классической музыке.**

Одной из задач ФГОС ДО является формирование общей культуры детей, в том числе ценностей здорового образа жизни. И вот что об этом думали и говорили великие люди разных эпох.

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Аристотель (384 до н.э. - 322 до н.э.)****Древнегреческий философ, ученик Платона. Воспитатель Александра Македонского. Первый учёный, который создал систему философии, которая охватывает все стороны жизни и развития человека.**Классическая музыка способна оказывать известное воздействие на этическую сторону души, и раз музыка обладает такими свойствами, то очевидно она должна быть включена в число предметов воспитания молодёжи. |

|  |  |
| --- | --- |
| **Белинский Виссарион Григорьевич****(1811-1848)****Русский писатель и критик. Выступал за просветительское значение литературы. Его именем названы улицы, библиотеки.**В детях с самых ранних лет должно развиваться чувство изящного как один из первейших элементов человечности. Влияние классической музыки благодатно, и чем раньше они начнут испытывать его на себе - тем лучше. |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Бехтерев Владимир Михайлович (1857-1927)****Выдающийся русский невропатолог, физиолог, психолог, академик. Указал на экономические условия как на причину распространения душевных заболеваний, ставил вопрос о воспитании у подростков трудовых навыков.**Классическая музыка не только фактор облагораживающий, воспитательный. Музыка – целитель здоровья. |
| **Диккенс Чарльз (1812-1970)****Английский писатель, автор знаменитых романов «Жизнь и приключения Оливера Твиста», "Записки Пиквикского круба"  и других.**Неприметное, но несомненное влияние классической музыки на человека – прививает гуманные вкусы и стремления, рассеивает предрассудки, насаждает человечность и благожелательность.   |  |
|  | **Дога Евгений Дмитриевич****Композитор. Народный артист СССР, народный артист Молдовы, лауреат Государственной премии СССР, академик. Написал музыку более чем к 200 фильмам, балеты, а также сотни других произведений.**Я часто смотрю с сожалением на людей, которые не понимают, где можно найти источник хорошего состояния духа и вообще хорошего настроения. Ведь в музыке, в литературе, вообще в искусстве столько энергии, столько еще неизведанных ощущений, эмоций, сил, возможностей. |
| **Лейбниц Готфрид Вильгельм (1649-1716)****Выдающийся немецкий математик, дипломат и философ. Основал Берлинскую академию наук. Встречался с Петром Первым, после чего Пётр I одобрил создание первой Академии наук в России. В честь Лейбница названа самая высокая горная цепь на Луне.**Ничто так не приятно для чувств, как созвучность в музыке, а для разума – созвучность природы, по отношению к которой первая – лишь малый образец.Музыка - это имитация универсальной гармонии, вложенной Богом в мир. |  |
|  | **Платон (428 до н.э.-348 до н.э.)****Крупнейший философ Древней Греции, основатель собственной философской школы – Академии, которая просуществовала 1000 лет. Основоположник идеалистического направления в философии. Был олимпийским чемпионом по борьбе.** Классическая музыка воодушевляет весь мир, снабжает душу крыльями, способствует полёту воображения; музыка придаёт жизнь и веселье всему существующему… Её можно назвать воплощением всего прекрасного и возвышенного. |
| **Сухомлинский Василий Александрович Выдающийся педагог, член-корреспондент Академии педагогических наук**Классическая музыка — могучий источник мысли. Без музыкального воспитания невозможно полноценное умственное развитие ребенка. Если в раннем детстве донести до сердца красоту музыкального произведения, если в звуках ребенок почувствует многогранные оттенки человеческих чувств, он поднимается на такую ступеньку культуры, которая не может быть достигнута никакими другими средствами. Чувство красоты музыкальной мелодии открывает перед ребенком собственную красоту — маленький человек осознает свое достоинство. Благодаря музыке в человеке пробуждается представление о возвышенном, величественном, прекрасном не только в окружающем мире, но и в самом себе. |  |
|  | **Шекспир Уильям (1564-1616)****Английский драматург и поэт. Относится к самым знаменитым драматургам мира. Написал десятки произведений для сцены, многие из которых ставятся и в наши дни по всему миру. Также знаменит его цикл из 154 сонетов.**Нет на земле живого существа Столь жесткого, крутого, адски злого,Что б не могла хотя на час один В нём музыка свершить переворота.Кто музыки не носит сам в себе, Кто холоден к гармонии прелестнойТот может быть изменником, лгуном, Грабителем души. Его движеньяТёмны как ночь и как Эреб\* черна его приязнь. Такому человеку не доверяй |

.

**Уважаемые родители!**

**Слушайте вместе с детьми классическую музыку, будьте счастливы и здоровы!**

Составитель: музыкальный руководитель Булах Г.В.