**Влияние музыки на психику ребенка**

|  |  |
| --- | --- |
|  | 29.10.2013, 17:46 |
| **Влияние музыки на психику ребенка**  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).  В связи с этим важно обратить внимание на то, какую музыку слушаете вы и ваши дети.  Возбуждающая, громкая  музыка, выражающая агрессивный настрой,лишает человека  (и взрослого, и ребенка)состояния уравновешенности, спокойствия, а при определенных условиях  (например, на рок-концертах) побуждает кразрушительным действиям.  Особенно противопоказана такая музыка «гипервозбудимым», расторможенным детям со слабым контролем, т.к. она усиливает проявленияотрицательных 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.  Еще с древних времен люди заметили, что человеческий голос и звук вообще обладают сильным воздействием. Так, звук восточного духового инструмента «панги»  вводит змею в состояние, подобное гипнозу.Вибрации человеческого голоса в одном случае имеют лечебное действие, а в другом – причиняют человеку вред.  ***Список музыкальных рецептов***  Ученые, проведя многочисленные исследования и эксперименты, пришли к убеждению: некоторые мелодии действительно обладают сильным терапевтическим эффектом:   * От неврозов и раздражительности избавляет бодрящая музыка Чайковского, Пахмутовой, Таривердиева. * Снять стресс, сконцентрироваться, идеально подходит для уединенных занятий и медитации романтическая, создающая ощущение свободного пространства, музыка Шуберта, Шумана, Чайковского, Листа. * 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.   [**Grig\_utro.mp3**](http://mbdoy46.ucoz.ru/3/Grig_utro.mp3)   * Поднимают настроение, избавляют от депрессий, разряжают накал чувств – джаз, блюз, диксиленд, соул, калипсо и регги, берущие свое начало от темпераментной африканской музыки.   [**Norah\_Jones.mp3**](http://mbdoy46.ucoz.ru/3/Norah_Jones.mp3)   * Творческий  импульс   стимулируют  «Марш»  из   кинофильма «Цирк»   Дунаевского,   «Болеро» Равеля,  «Танец  с саблями»  Хачатуряна.   [**Cirk.mp3**](http://mbdoy46.ucoz.ru/3/Cirk.mp3)   * Полное   расслабление   вы   сможете получить   от   «Вальса» Шостаковича    из    кинофильма  «Овод»,  оркестра   Пурселя, произведения   «Мужчина  и  женщина»   Лея,    романса         из музыкальных   иллюстраций   к   повести   Пушкина    «Метель» Свиридова. * Нормализует сон и работу мозга сюита «Пер Гюнт» Грига. * Развитию   умственных   способностей   у  детей  способствует музыка Моцарта. * В качестве  лекарства  от  мигрени  японские врачи  предлагают «Весеннюю песню»   Мендельсона,   «Юмореску»  Дворжака,    а Также   изрядную   дозу   Джорджа Гершвина («Американец   в Париже»). * Головную   боль   также  снимает    прослушивание     полонеза Огинского. * Кровяное   давление  и  сердечную  деятельность   нормализует «Свадебный марш» Мендельсона. * От гастрита излечивает «Соната №7» Бетховена.   [**Beethoven\_sonata\_04.mp3**](http://mbdoy46.ucoz.ru/3/Beethoven_sonata_04.mp3)   * Язва желудка исчезает при прослушивании «Вальса цветов» Штрауса. * От алкоголизма и курения в совокупности с другими средствами , рекомендуют слушать «Аве Мария» Шуберта, «Лунная соната» Бетховена, «Лебедь» Сен-Санса, «Метель» Свиридова.   [**Sviridov.mp3**](http://mbdoy46.ucoz.ru/3/Sviridov.mp3)  Приятного прослушивания! | |