

Влияние музыки и голоса 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 вместе с детьми дома.

Возбуждающая, громкая 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 гиперактивным, 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 дневным сном, чтобы помочь с трудом засыпающим детям успокоиться и расслабиться. Когда дети лягут в постель, включите спокойную, тихую, мелодичную, мягкую музыку и попросите их закрыть глаза и представить себя в лесу, на берегу моря, в саду или в любом другом месте, которое вызывает у них положительные эмоции. Обратите внимание детей на то, как расслабляется и отдыхает каждая часть их 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 (что издавна использовалось народными целителями), а в другом — причиняют человеку вред.

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.

Слушая хорошую музыку в хорошем инструментальном или вокальном исполнении, ребенок испытывает состояние наслаждения и восхищения. У них формируются первоначальные ценностные ориентации – способность ценить красоту в жизни. Восприятие музыки способствует общему интеллектуальному и эмоциональному развитию, а значит, косвенно влияет и на психо-физическое развитие и состояние.

Музыкальные игрушки



Как правило, дети испытывают большую потребность в музыкальных игрушках. Как пользоваться музыкальными игрушками?

Взрослый исполняет знакомые для детей музыкальные произведения, а дети слушают. Постарайтесь выбирать мелодии, где нет больших интервалов, скачков. Играйте в медленном темпе, чтобы

ребенок мог проследить за вашим исполнением. Затем ребенок может присоединиться к вам и только потом — попытаться исполнить мелодию самостоятельно.

Дошкольники очень хорошо чувствуют эмоциональную выразительность музыки, наслаждаются ею, понимают красоту звуков. Поэтому необходимо способствовать развитию музыкальных способностей ребенка (музыкальная память, чувство ритма, и т. п.) не только на музыкальных занятиях, но и с помощью свободного музицирования.

Слушаем и музицируем вместе

Как подобрать соответствующий музыкальный репертуар для домашнего прослушивания и музицирования?

Давно доказано, что красивая музыка доставляет человеку радость, благотворно влияет на его организм. Что бы утром при подъеме создать положительный эмоциональный фон, попробуйте включить в записи нежные и чарующие мелодии. Они, наверняка, помогут разбудить и настроить ребенка на предстоящий день. Приятный утренний музыкальный настрой положительно воздействует как на детей, так и на взрослых. Психологами установлено, что с помощью музыки легче устанавливается контакт между людьми.



Рекомендуемые музыкальные произведения для прослушивания в утренние часы:

П.И. Чайковский. Марш из балета «Щелкунчик».

П.И. Чайковский. Вальс цветов из балета «Щелкунчик».

И. Штраус. Полька «Трик-трак».

М.И. Глинка. «Детская полька».

А. Вивальди. «Зима».

П.И. Чайковский. «Апрель».

Г.В. Свиридов. «Музыкальный ящик».

Г.В. Свиридов. «Веселый марш».

Н.А. Римский –Корсаков. Вступление «Три чуда».

Д. Чимароза. «Концерт для двух флейт с оркестром», 2-я часть.

И. Штраус. «На прекрасном голубом Дунае».

В.А. Моцарт. «Музыкальная шкатулка».

Й. Гайдн. «Детская симфония», 3-я часть, финал.

М.И. Глинка. «Вальс-фантазия».

Музыка является активным действенным средством коррекции эмоциональной сферы ребенка, помогает войти в нужное эмоциональное состояние в течение дня. Положительный эмоциональный заряд на целый день дают следующие музыкальные произведения:

Р. Шуман. «Клоуны».

А.Т. Гречанинов. «Игра в лошадки».

«Во поле береза стояла» р.н.п.

М.И. Глинка. «Вальс-фантазия».

П.И. Чайковский. Мазурка.

Л.В. Бетховен. Менуэт. Экосез.

С.С. Прокофьев. «Вальс» из балета «Золушка».

П.И. Чайковский. Русская пляска.

Д.Д. Шостакович. «Танцы кукол».

А.К. Лядов. «Дождик-дождик».

К. Сен-Санс. «Осел», «Кенгуру», «Аквариум», «Лебедь».

П.И. Чайковский. Времена года.

Если ваша прогулка с ребенком пройдет под музыку – это тоже будет здорово, приятно и необычно! Только не забудьте взять планшет, с предварительно скаченными мелодиями. В солнечный день и в морозную свежесть, бодрые и веселые аккорды музыкального произведения оживляют движения. Детям хочется веселиться, играть, что-то придумывать. Радостная музыка задает определенный жизненный ритм, оказывает мобилизующее воздействие, выраженное в игровой форме. Ритмичная музыка положительно влияет на развитие нервной системы ребенка. Рекомендуемые музыкальные произведения для прогулки:

А.Т. Гречанинов. «Моя лошадка».

«Ах вы, сени» р.н.п.

В.А. Гаврилин. «Мальчик гуляет, мальчик зевает».

С.В. Рахманинов. «Итальянская полька».

«Пойду ль, выйду ль я...» р.н.п.

«Во саду ли в огороде» р.н.п.

В.Г. Кикта. «Оранжевый скоморох».

В. Агафонников. «Сани с колокольчиками».

Н.А. Римский –Корсаков. Опера «Снегурочка», песни, пляски птиц.

П.И. Чайковский. Марш из балета «Щелкунчик».

И. Штраус. Полька «Трик-трак».

Г.В. Свиридов. Весенний марш из музыки к повести А.С. Пушкина «Метель».

В.А. Моцарт. Симфония № 40, экспозиция.

М.И. Глинка. «Марш Черномора» из оперы «Руслан и Людмила».

А.П. Петров. «Я шагаю по Москве».

После прогулки по возвращению домой или в период обеда, дневного сна, а может в вечернее время одним из эффективных методов расслабляющего воздействия на ребенка является применение таких музыкальных произведений, под воздействием которых у детей нормализуется артериальное давление, стимулируется дыхание, происходит эмоциональное расслабление. Спокойная, нежная музыка

помогает детям расслабиться и уснуть. К таким музыкальным произведениям относятся:

Колыбельные песни.

П.И. Чайковский. «Октябрь».

Ц.А. Кюи. Колыбельная.

Г.В. Свиридов. «Грустная песенка».

Н.А. Римский – Корсаков. «Море» из оперы «Сказка о царе Салтане».

Н.А. Римский – Корсаков. Опера «Снегурочка», сцена таяния Снегурочки.

К.В. Глюк. Опера «Орфей и Эвридика», «Мелодия».

М.И. Глинка. Ноктюрн ми-бемоль-мажор.

Л.В. Бетховен. «Сурок».

Л.В. Бетховен. Соната №14, 2-я часть.

Ф. Шуберт. «Аве Мария».

Ф. Шуберт. Серенада.

Произведения В.А. Моцарта.

В детей окружает самая разнообразная музыкальная среда, и к сожалению, она не всегда благотворно влияет на психику детей.

Уважаемые родители! Помните о том, что музыка и другие шумовые эффекты не должны звучать очень долго и очень громко, так как даже самое полезное средство при неумеренном использовании может принести вред, то есть негативно отразиться на эмоциональном и соответственно физическом состоянии ребенка. Пусть музыка развивает в детях разнообразные чувства, укрепляет нервную систему, формирует хороший музыкальный вкус и приобщает к мировой музыкальной культуре.



Л.Ю. Левченко, педагог-психолог.

Используемые источники:

1. <https://depositphotos.com/ru/photos/%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B8-%D0%BC%D1%83%D0%B7%D1%8B%D0%BA%D0%B0.html>

2. <https://inring.ru/blog/ucheba/muzykalnoe-razvitiye-detey/>