

*Горовая Светлана Владимировна*

*Дельнова Марина Витальевна*

*Санкт-Петербургское государственное бюджетное*

*нетиповое образовательное учреждение*

*«Санкт-Петербургский музыкальный лицей»*

## ЗАНЯТИЯ МУЗЫКОЙ КАК ВАЖНЕЙШИЙ ФАКТОР ЗДОРОВЬЯ И ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА

Музыка – один из важнейших видов искусства, который обращен непосредственно к человеческому чувству. Она прочно вошла в нашу жизнь, стала её неотъемлемой частью, отражая переживания и эмоциональный настрой людей в различных жизненных ситуациях, развивая стремление к прекрасному.

Музыка с древних времен занимала в обществе важное место. Люди знали, что музыкальные звуки помогают излечить многие болезни. Ещё Пифагор, Аристотель и Платон утверждали, что музыка помогает восстанавливать нарушенную болезнями гармонию в человеческом теле. Известно, что в древней Греции студенты-медикусы должны были заниматься музыкой, что являлось составной частью их обучения.

Современные научные исследования подтверждают факт, что дети, занимающиеся музыкой, умственно развиваются быстрее, чем их ровесники: они легче учатся читать, способны понятнее выражать свои мысли. Музыкальные занятия не только улучшают у детей моторику пальцев, но и моторику речевого аппарата. Добавим, что ученым известны факты практического устранения дислексии у детей, занимающихся пением.



**Всероссийская конференция**  
**"МЕТОДИКА И ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА"**

2024 год

---

Игра на музыкальных инструментах, в которой задействованы все десять пальцев, создают предпосылки для успешного формирования и оздоровления организма ребенка.

Влияние музыки на детей в нашей стране первым стал изучать академик В. М. Бехтерев. Уже в начале XX века было понятно, что детям полезно слушать классику и колыбельные, что музыка не только развивает детей, но и укрепляет их здоровье. Также В.М. Бехтерев не раз отмечал в своих трудах благотворное влияние музыки на больных неврозами и некоторыми психическими заболеваниями. Он установил, что музыка положительно влияет на дыхание, кровообращение, устраняет усталость и поддерживает физическую бодрость.

Как считают психологи, реагировать на музыку ребенок начинает еще в утробе матери. В последнее время всё более популярным становится пренатальное воспитание, появилась методика музыкального развития плода «Сонатал» (автор М. Л. Лазарев), применение которой доказало, что воспитание музыкой в этот период является одним из самых успешных методов развития мозга малыша и становления его психики.

Учеными установлен факт, что процесс формирования коры головного мозга продолжается и после рождения человека. Это позволяет утверждать, что занятия музыкой в детстве оказывают положительный эффект на развитие различных свойств мозга. На музыкальных занятиях ребенок развивает многие свои способности: музыкальный слух, ритм, память, а также крупную и мелкую моторику. Обучение игре на любом музыкальном инструменте повышает уровень интеллекта, улучшает общее самочувствие детей.

В прошлом веке, после изобретения учеными соответствующей научной аппаратуры было доказано, что у профессиональных музыкантов мозг содержит большее количество нервных клеток серого вещества, чем мозг человека, не занимающегося музыкой. Кроме того, у музыкантов во время

**Всероссийская конференция**  
**"МЕТОДИКА И ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА"**

2024 год

---

исполнения произведения чаще, чем у остальных людей оба полушария головного мозга активизируются одновременно, что позволяет значительно быстрее обрабатывать информацию.

Основываясь на результатах исследований, ученые разных стран предлагают увеличить долю уроков музыки и поставить её в один ряд с математикой и чтением.

Безусловно, занятия на музыкальных инструментах оказывают положительное влияние на формирование характера учащихся: воспитывают силу воли, организованность, аккуратность, дисциплину. Развивают различные виды памяти: слуховую, зрительную, двигательную, логическую, эмоциональную.

Игра в ансамбле, оркестре, пение в хоре развивают у детей способность к общению, выступления на концертах воспитывают артистизм и собранность.

Наиболее выраженным воздействием на организм обладает сольное и хоровое пение. Во время пения потоки воздуха и звуковые вибрации мягко массируют носоглотку и верхние дыхательные пути. Оно благотворно влияет на сердечно-сосудистую и дыхательную системы, способствует увеличению объема легких, формирует осанку, корректирует дикцию. Врачи и психологи подтверждают, что у детей, которые регулярно поют, происходит нормализация активности мозга, становится крепче иммунная система, усиливается положительное воздействие на психоэмоциональную сферу.

Интересна природа воздействия мелодии на работу внутренних органов. Так как каждый орган человеческого организма является источником электромагнитных волн, а музыкальные звуки это также волны, они, входя в резонанс, могут менять настройки органов. Звуки как бы производят массаж всего организма на клеточном уровне. Это воздействие впервые в мире было открыто и доказано российскими учёными.

**Всероссийская конференция**  
**"МЕТОДИКА И ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА"**

2024 год

---

Правильно подобранная музыка способна облегчить течение многих заболеваний. Так, например, доказано, что музыка В.А. Моцарта в буквальном смысле творит чудеса. Воздействуя на человеческий организм, она не только помогает снимать напряжение, депрессию, успокоить психику, но и улучшает математические способности, логическое мышление, повышает интеллект. Учёные обнаружили влияние музыки Моцарта на изменение состава желудочного сока, что даёт возможность использовать это открытие как дополнение при лечении болезней желудочно-кишечного тракта.

Звучание различных музыкальных инструментов оказывает определённый эффект на организм. Например, звуки фортепиано способствуют успокоению, благотворно воздействуют на почки и мочевой пузырь, улучшают функцию щитовидной железы. Звуки виолончели тоже положительно воздействуют на почки. Ударные инструменты и арфа помогают восстановлению правильного сердечного ритма, улучшают работу кровеносной системы. Деревянные духовые инструменты влияют на работу печени, флейта способствует очищению легких. Баян и аккордеон помогают нормальному функционированию органов брюшной полости. Музыка, исполняемая на электронных инструментах, прекрасно подходит для сеансов релаксации.

Следует знать, что иногда музыка может отрицательно влиять на самочувствие человека. Например, прослушивание рок-музыки в течение 10 минут времени на громкости в 100 децибелов, снижает чувствительность слуха настолько, что наступает частичная его потеря.

Музыкотерапия, то есть восстановление здоровья человека при помощи занятий музыкой, постепенно получает всё большее распространение. В 2003 году Минздрав России признал музыкотерапию официальным методом лечения. При Музыкальной академии имени Гнесиных и Российской академии медицинских наук были созданы отделения музыкальной реабилитации. Музыкотерапия призвана стать эффективным методом лечения школьных



**Всероссийская конференция**  
**"МЕТОДИКА И ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПРАКТИКА"**

2024 год

---

неврозов, которые сегодня всё чаще встречаются у детей. Обладая сильным эмоциональным воздействием на человека, музыка может стать немедикаментозным средством избавления людей от различных эмоциональных расстройств.

Исходя из своего опыта, авторы рекомендуют педагогам – музыкантам информировать родителей о пользе музыкальных занятий для здоровья и гармоничного развития подрастающего поколения.

**Список литературы**

1. Кирнарская Д. К. Психология специальных способностей. Музыкальные способности. – М.: Таланты-XXI век. - 2004. – 496 с.
2. Клименко А.И. Влияние музыки на человека. – М.: Перо. – 2011. – 102 с.
3. Юдовина-Гальперина Т. Б. Музыка и здоровье. – СПб.: Союз художников

