

Муниципальная с международным участием V научно – практическая конференция по здоровьесбережению «Физическое, психическое, социальное и духовное оздоровление детей в условиях работы образовательных учреждений города»
г. Протвино МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №1»

Научно- исследовательская работа:
«Воздействие музыки разных жанров на детей дошкольного возраста»

Музыкальный руководитель
Борисова О.В.
МБОУ Детский сад № 5
« Семицветик»

гПротвино
2016

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение

Теоретическая часть

Влияние музыки на организм человека

Влияние музыки на развитие детей

Практическая часть

Анкетирование родителей

Базовое исследование детей старшего дошкольного возраста.

Заключение

Библиографический список, интернет ресурсы

Приложения

О, музыка!
Ты все умеешь передать,
Что в человеке так сокрыто:
Печаль, волнение и страсть.
В твой мир душа всегда открыта.
Своей невиданною силой
Ты помогаешь нам здоровье сохранить.
С истоков человечества, дорогой длинной,
Ты учишь нас его хранить.

Музыка таит в себе огромные возможности воздействия на человека и этим воздействием можно управлять. Она влияет на психику, физиологию, настроение, волю слушателя, может вызвать как положительные, так и отрицательные эмоции. Воспринимаемая слуховым рецептором, музыка воздействует на общее состояние всего организма человека, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания, имеет огромное влияние на формирование эмоциональности, духовного развития, речи и интеллекта.

Еще В.М. Бехтерев писал:- «Музыка не только фактор облагораживающий, воспитательный. Музыка - целитель здоровья».

Актуальность

Слушая музыку различных стилей и жанров, взрослые порой не задумываются о влиянии ее на здоровье и поведение детей. Современная музыка, часто оказывая сильнейшее отрицательное воздействие на эмоциональное состояние, подсознательно разрушает душу, интеллект и даже личность. Поэтому тема воздействия музыки разных жанров на детей в дошкольном возрасте актуальна и востребована в наши дни.

Цель: исследовать влияние музыки разных стилей и жанров на психическое и физическое здоровье детей дошкольного возраста.

Задачи:

- изучить теоретические источники по данной теме, обобщить и систематизировать собранный материал в реферативной части работы;
- провести исследования и анализ полученных результатов;
- сделать выводы о воздействии музыки разных жанров на детей дошкольного возраста;
- предложить рекомендации по оздоровлению организма средствами музыкального искусства

Практическая значимость:

Материалы данного исследования могут быть использованы в целях пропаганды оздоровления детей средствами музыки. Результаты исследования и предложенные рекомендации будут интересны детям воспитателям, родителям, а также тем, кто любит музыку и заботится о своём здоровье.

Предмет исследования:

Эмоциональное состояние детей старшего дошкольного возраста.

Гипотеза:

Произведения различных музыкальных стилей по-разному влияют на эмоциональное состояние ребенка.

Влияние музыки на организм человека:

Музыка как тайное магическое средство, как мощное воздействие на дух и тело человека использовали древние целители в своей практике. В древности выделяли три направления влияния музыки на человека: духовную сущность, физическое тело, интеллект.

Аристотель считал музыку средством лечения тела и очищения души. Пифагор основал науку о гармонии сфер, утвердив музыку как точную науку. Пифагорейцы пользовались мелодиями против ярости и гнева. Великий врачеватель Авиценна называл музыку нелекарственным способом лечения наряду с диетой, запахами и

смехом и исцелял музыкой нервнобольных. Американские исследователи писали о положительном влиянии музыки Моцарта на человеческий интеллект. В Китае много веков музыка использовалась как лекарство. По мнению древних китайцев, существует связь между звуковыми вибрациями музыкальных инструментов и вибрациями различных органов тела. В Киевской Руси также прибегали к помощи музыки. Например, во время всякого рода лечебных ритуалов, целители обязательно напевали специальные заговоры. И только в 19-м веке ученый и врач Джеймс Корнинг начал исследования о пользе и влиянии музыки на организм человека. На сегодняшний день учеными было создано целое направление в официальной медицине: музыкотерапия, направленная на лечение и профилактику различных заболеваний. Например, известный хирург академик Б. Петровский использовал музыку во время проведения сложных операций. Согласно его наблюдениям, под воздействием музыки организм начинает работать более гармонично.

На сегодняшний день ученые и медики утверждают:

- скрипка – лечит душу, помогает самопознанию, вызывает сострадание, очень благотворно действует на меланхоликов;
- орган – приводит ум в порядок;
- фортепиано – воздействует на почки, мочевой пузырь, очищает щитовидную железу;
- барабан – восстанавливает ритм сердца, стимулирует кровеносную систему;
- флейта – очищает бронхолегочную систему, снимает раздраженность и озлобленность;
- баян, аккордеон – активизирует работу брюшной полости;
- арфа и струнные инструменты гармонизируют работу сердца, лечат истерию, кровяное давление;
- кларнет – подавляет уныние, улучшает кровообращение;
- контрабас, виолончель, гитара – воздействуют на сердце и тонкую кишку, лечат почки;
- гобой - активизирует работу печени;
- труба - лечит радикулит;
- балалайка - лечит органы пищеварения.

Учёные изучили мозговую активность при прослушивании музыки с помощью МРТ. Исследования выявили, что любая музыка влияет на мозг, так как она

воздействует на участок, являющийся слуховым центром. В отдельных случаях также были задействованы участки мозга, связанные с эмоциями.

Установлено, что при прослушивании музыки правое полушарие головного мозга обрабатывает мелодию и тембр, а левое - ритм. Но всякая ли музыка одинаково полезна? Швейцарский ученый Ханс Йенни изучал воздействие звука на воду. Под воздействием звука капелька воды, вибрируя, принимала форму трёхмерной звезды или двойного четырехгранника в кругах. Японский учёный профессор Эмото Масару проводил эксперименты по воздействию на воду различной музыки. Его опыты показали, что результатом воздействия духовной и классической музыки, несущей положительную энергетику, является образование в обычной воде снежинок поразительной красоты. Напротив, при воздействии рок - музыки, тяжёлого рока в обычной воде кристаллическая структура не образовывалась вовсе, а предварительно хорошо сформированная кристаллическая структура воды разрушалась.

Если же мы вспомним, что человеческое тело на 70% процентов состоит из воды, мы можем понять, что организм человека даже на физиологическом уровне реагирует на то, что слышим вокруг себя.

Влияние музыки на развитие детей

Специалисты доказали, чем больше мозг ребенка получает музыкальной информации в раннем возрасте, тем более развитым он будет. Малыши прекрасно усваивают звуковую информацию и из всех музыкальных произведений особенно ценят классические произведения.

Если малыш капризничает, плачет, успокоить его поможет опять же музыка. Звуки природы в сочетании с красивой, спокойной музыкой справляются с этим лучше всего. Важно правильно подобрать произведения и как можно раньше начать знакомить с ними ребенка.

Один из основных каналов восприятия человека – слух. Ребенка звуки окружают еще в утробе мамы – есть мнение, что звук льющейся воды успокаивает малыша именно потому, что он слушал что-то похожее до рождения. В 2–3 месяца ребенок на звуки уже реагирует эмоциями, а с 7–8 месяцев пытается подражать тому, что слышит. Ребенок с самого рождения охотно прислушивается к негромким мелодиям и мягкому, спокойному и ласковому тембру голоса. А вот резкие звуки, шум, гневная речь его раздражают.

Воздействие музыки на детский организм происходит по нескольким направлениям:

- может замедлить и уравнивать электромагнитные волны активности головного мозга;
- дыхание;
- температура тела;
- помогает побороть страхи и обрести чувство безопасности;
- помогает улучшить память и способствует обучаемости;
- помогает активизировать иммунную систему;
- сердечный ритм, пульс, кровяное давление,
- снижает мышечное напряжение и повышает подвижность и координацию движений. (Приложение1)

У каждого человека есть любимая музыка, которая действует на его душу наиболее эффективно. Какое же воздействие на человека оказывают различные жанры музыки? Следует иметь в виду, что в рамках каждого жанра существует разнообразие стилей. Некоторые из них активны и несут энергию, другие пассивны и помогают расслабиться.

Музыка сегодня - главный компонент жизни для большинства детей. Она определяет их решения и поставляет им кумиров.

Маленькие дети отлично запоминают слова популярных песен. Для наших детей звезды музыкальной эстрады – не просто создатели фоновой музыки, а истинные герои. Вот почему так важно оберегать детей от сильных воздействий музыки на их организм и неокрепшую психику.

Трудно провести научное исследование, которое убедительно и окончательно доказало бы, что современная музыка плохо влияет на того, кто долго слушает ее. Все же очевидно, что постоянное пребывание в атмосфере агрессивной и жесткой музыки (это касается главным образом рок-групп) отрицательно сказывается на неокрепшей психике, особенно если все это не уравновешивается влиянием родительской любви и доброго совета, ослабляет здоровье, понижает у детей порог чувствительности к жестокости и способствует деградации личности.

Практическая часть: анкетирование родителей

С родителями старшей и подготовительной группы в нашем детском саду проводилось анкетирование. **Цель** - изучение мнения родителей о влиянии музыки на

ребенка. В анкетировании приняли родители детей старшего дошкольного возраста. Анкета состояла из 8 вопросов и была анонимной.

Анализ анкетирования показал следующее: 90% человека из 15% считают, что музыка играет огромную роль в развитии ребенка 5% ответили, что музыка играет незначительную роль. На вопрос «Какая, по вашему мнению, музыка негативно влияет на ребенка?» 55% родителей ответили «агрессивная, громкая, рок, рэп», еще были ответы «траурная –3% ,иностранный -30%, современная -12%». Благотворное воздействие на психику ребенка, по мнению родителей, оказывают детские песни, а также классическая, лирическая, мелодическая, спокойная музыка. Часто используют музыку как средство успокоения для своего ребенка 51% родителей. 24% человек, иногда и 15%, не используют совсем. «Часто ли ваши дети слушают громко музыку, выражающую агрессивный настрой?» да, ответили 10% человек, 20% родителей написали, что такую музыку дети не слушают. Следующий вопрос: «Слушают ли дети музыку, которая нравится вам» 57% участников анкетирования ответили «Часто», 30%- «Иногда», 3%- нет. «Поете ли вы с детьми их любимые песни и какие?» - 55% родителей ответили положительно на этот вопрос, в основном это песни детских советских композиторов, ,33% родителей поют с детьми современные песни. 12%- не поют.

Слушают классическую музыку дома – 79% , родители ответили, что дети иногда проявляют тягу к музыке12 %. И только один человек написал, что у ребенка такого желания нет 9%. Слушают классическую музыку дома 55%, не слушают 45%.

Таким образом, можно сделать вывод, что родители осознают влияние музыки на развитие ребенка. Понимают, какая музыка воздействует негативно и отдают предпочтение спокойной и классической музыке. Практически все дети, по мнению родителей, проявляют желание слушать музыку, тянутся к ней. Задача родителей оберегать ребенка от сильных воздействий негативной музыки на неокрепший детский организм. (Приложение2)

Базовое исследование детей старшего дошкольного возраста.

Я провела исследования детей старшего дошкольного возраста. С помощью цветового теста Люшера. (Приложение 3) Предложила детям выбрать цвет, который, по их мнению, соответствует музыкальному произведению. С помощью методики цветных тестов Люшера проанализировала психоэмоциональное состояние детей.

(Классическая Н.А. Римского-Корсакова увертюра к «Майской ночи» и американская рок- группа «Рок зомби»)

Цель исследования: выявить цветовое восприятие музыки детьми. Анализ исследования показал следующее: удивительно, но дети могут почувствовать музыку гораздо тоньше, чем взрослые, и совершенно с неожиданной стороны. «Какая русская музыка!» — воскликнул шестилетний мальчик во время слушания увертюры к «Майской ночи» Римского-Корсакова. — «Почему ты думаешь, что русская? Ты же не слышал еще ни одного слова?» — «Потому что добрая». Не зря говорят: устами младенца глаголет истина.

После прослушивания классической музыки дети выбрали синий цвет 60%, желтый - 25%, эти цвета символизировали стремление к покою, к гармонии, общительности, энтузиазму; красный - 5%, зеленый - 5%, серый -5% эти цвета характеризуют состояние активности, уверенности, настойчивости, но апатия, разочарование, усталость тоже присутствуют.

После прослушивания рок- музыки дети в основном выбрали черный цвет- 70%. Этот цвет говорит о беспокойстве, бездеятельности, стрессе, депрессии; 5%-разочарованны и усталые; 20% детей выбрали синий цвет и остались спокойны; красный -2,5% - активны; 2,5% зеленый – уверенны. (Приложение4)

В результате исследования после прослушивания классической музыки дети сидели тихо, старались вести диалог о своих впечатлениях, были спокойны, а вот после агрессивной рок- музыки поведение детей резко изменилось, они стали активны, подпрыгивали на стульях, выкрикивали с места во время прослушивания.

Вывод: классическая музыка благоприятно действует на детей, а рок вызывает тревожность, неуверенность, беспокойство. Главная задача взрослых, родителей, воспитателей, музыкального руководителя привить культуру восприятия и прослушивания музыки, что поможет сберечь здоровье и психику детей. Для этого я предлагаю родителям и воспитателям воспользоваться музыкальной аптекой. (Приложение № 5)

По существу, каждый музыкальный руководитель в некоторой мере занимается музыкальной терапией, изменяя при помощи музыкального искусства настроение и мироощущение своих воспитанников. (Приложение № 6)

В своей работе я использую здоровьесберегающие технологии:

- валеологические песенки - распевки;
- дыхательная гимнастика;

- артикуляционная гимнастика;
- игровой массаж;
- пальчиковая гимнастика;
- речевые игры;
- компоненты метода арт-терапии: музыкотерапия, танцетерапия, цветотерапия, улыбокотерапия, сказкотерапия (2 последних компонента, в основном, используются на развлечениях и праздниках). (Приложение № 7)

Применяю три направления музыкальной терапии:

1. Рецепттивная (пассивная) музыкотерапия, воспринимающая деятельность детей, когда они слушают музыку, анализируют ее, делятся впечатлениями.
2. Активная музыкотерапия строится на методе «освобождения творческих сил», дети танцуют, импровизируют мелодии голосом или на музыкальных инструментах .
3. Интегративная музыкотерапия.

Заключение

Из приведённых мною примеров и исследований, мы видим, что музыка классическая и современная непосредственно влияет не только на эмоциональное, душевное состояние детей, но и на их здоровье. Она может успокаивать и возбуждать, смягчать и ожесточать, вызывать воспоминания, снимать боль, усиливать агрессию. Музыка снимает стресс и повышает иммунитет. Работы в результате экспериментально - исследовательской деятельности по использованию музыкотерапии и оздоровлению детей показали свою привлекательность и необходимость – это доступность содержания заданий и освоение материала детьми с различными способностями; а также гибкость и универсальность такой системы работы, способствующей укреплению физического и психического здоровья детей. С уверенностью могу сказать, что чем раньше мы, педагоги и родители, дадим детям гамму разнообразных музыкальных впечатлений, чувственного опыта, любви, внимания и бережного отношения друг к другу и к себе, тем гармоничнее, естественнее и успешнее будет дальнейшее развитие ребёнка, становление его личности.

Учу детей любить прекрасное искусство,
Стремясь в сердцах у них посеять благодать.
Стучусь в их души, пробуждаю чувства.
Всегда могу я спеть для них, сыграть.
И каждый раз, идя домой с работы,
Я думаю о том: пройдут года-

Поможет им моя забота,
Взойдут плоды совместного труда.

Библиографический список

.Бехтерев В.М.Проблемы развития и воспитания человека.-МПСИ,МОДЭК,-2010,-416с.

Ветлугина Н.А. Музыкальное развитие ребенка. – М.: Просвещение, 1996. - 376 с.

Мысов Б.И. Музыкально - ритмические движения (для утренней гимнастики в детском саду)/ Б.И. Мысов.- Мн: Нар. Асвета, 1991.- 80

Хабарова Т. В. Педагогические технологии в дошкольном образовании.-СПб.:ООО «Издательство «ДЕТСТВО-ПРЕСС»,-2012.-80с.

Ворожцова О.А. Музыка и игра в детской психотерапии. – М.: Институт психотерапии, 2004. – 90 с.

Гренлюнд Э., Оганесян Н.Ю. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. – СПб.: Речь, 2004. – 285 с.

Журнал практического психолога. Специальный выпуск: Танцевально-двигательная терапия, №3, 2005. – М.: ИП РАН, 2005. – 246 с.

Кемпбелл Д. Эффект Моцарта. – Минск: Поппури, 1999. – 320 с.

Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. – СПб.: Лань, 2002. – 366 с.

Петрушин В.И. Музыкаотерапия. – М.: Владос, 1999. – 255 с.

Шушарджан С.В. Музыкаотерапия и резервы человеческого организма. М.: Антидор, 1998. – 363 с.

Интернет ресурсы

<http://psi.webzone.ru/st/150500.htm> <http://www.autist.narod.ru/musikter.htm>

<http://www.pravda.ru/health/prophylaxis/psychotherapy/18-05-2006/84861-music-0>

<http://www.ark.ru/ins/group/al.jpg> <http://zvann.narod.ru/aLM.html> <http://imbf.info>

Приложения

Воздействие музыки на человеческий организм происходит по нескольким направлениям

может замедлить и уравновесивать электромагнитные волны активности головного мозга

помогает улучшить память и обучаемость

дыхание

помогает активизировать иммунную систему

температуру тела

сердечный ритм, пульс, кровяное давление

помогает побороть страхи и чувство безопасности.

снижает мышечное напряжение и повышает подвижность и координацию движений

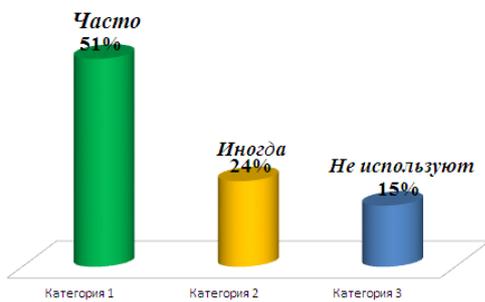


приложение 2

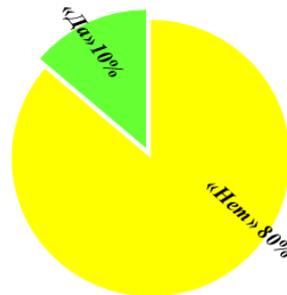
Анкетирование родителей



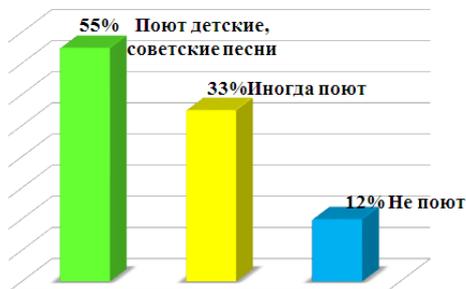
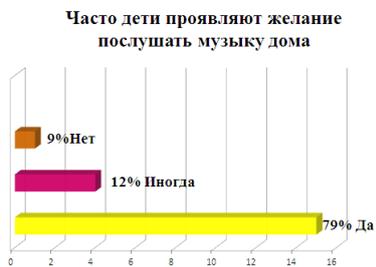
Часто используют музыку как средство успокоения для своего ребенка



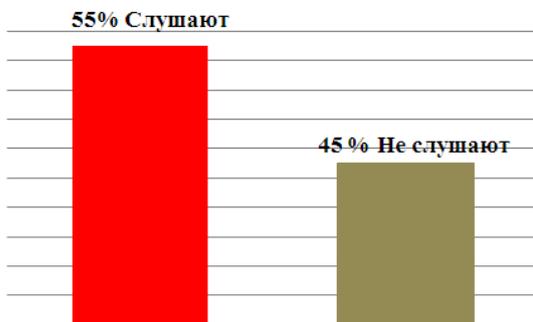
Часто ваши дети слушают громко музыку выражающий агрессивный настрой



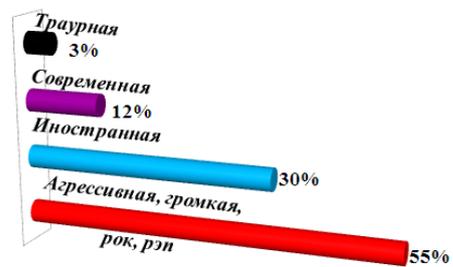
Поете с детьми его любимые песни и какие



Слушают классическую музыку дети дома



Какая музыка негативно влияет на ребенка



Приложение 3

Цветовой тест Люшера

Синий – удовлетворенность, спокойствие, приятие;

Зеленый - уверенность, настойчивость;

Красный - активность, агрессия, воля;

Фиолетовый- неопределенность, загадочность;

Розовый- беспечность, бездеятельность;

Голубой - стремление к покою, гармонии;

Оранжевый - волевое усилие, возбуждение;

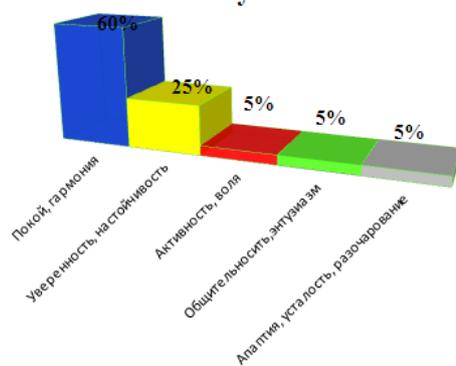
Серый – апатия, разочарование, усталость;

Коричневый- напряженность,

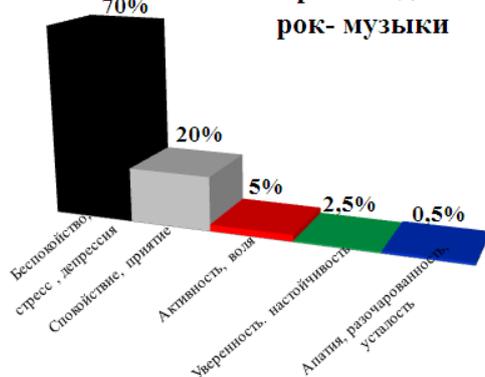
Черный- беспокойство, стресс, депрессия
разочарование;

Приложение 4

Восприятие детьми классической музыки



Восприятие детьми рок-музыки



Желаемое действие	Рекомендуемое музыкальное произведение
Снятие нервного напряжения	П.И. Чайковский. «Июнь. Баркарола» из цикла «Времена года»; «Сентиментальный вальс». Ж. Бизе. «Пастораль». «Старинная песенка». К. Сен-Санс. «Лебедь» из сюиты «Карнавал животных». К.В. Глюк. «Мелодия» из оперы «Орфей и Эвридика». Д. Шостакович. «Романс» из кинофильма «Овод». К.Дебюсси. «Лунный свет».
Снятие депрессивного состояния	Ф. Шуберт. Песня «Аве Мария». В.А. Моцарт. «Рондо в турецком стиле». Ж. Бизе. «Хабанера» из оперы «Кармен».
Снятие головной боли и мигрени.	М. Огинский. Полонез «Прощание с Родиной». Ф. Мендельсон. «Весенняя песня». А. Дворжак. «Юмореска».
Повышение общего тонуса	П. И. Чайковский. Вальс из серенады для струнного оркестра. В.А. Моцарт. «Маленькая ночная серенада». Ж. Бизе. Увертюра к опере «Кармен»; Увертюра к опере «Свадьба Фигаро».
Расслабление, успокоение	Н.А. Римский-Корсаков. Песня индийского гостя (без слов) из оперы «Садко». Э. Григ. «Утро» из музыки к драме «Пер Гюнт».
Улучшение пищеварения	Мелодичная музыка В.А. Моцарта. Фортепианные концерты Ф. Листа.
Стимулирование творческого мышления	Фортепианная музыка А.Н. Скрябина, Ф. Шопена. Симфоническая и фортепианная музыка С. С Прокофьева. Музыка И.С. Баха.
От хронической усталости	Э. Григ «Утро». М. П. Мусоргский. « Рассвет на Москве-реке» из оперы «Хованщина». П.И. Чайковский. Фортепианный цикл «Времена года». Песни: «Вечерний звон», «Русское поле».
Для общего успокоения	Л. Бетховен. Симфония № 6, 2 часть. И. Брамс. «Колыбельная». К. Дебюсси. «Свет луны»

Приложение 6

Музыкотерапия Рецептивная (пассивная) музыкотерапия



Активная музыкотерапия



Интегративная музыкотерапия



Приложение 7

