**Влияние музыки на здоровье ребенка.**

 Музыка успокаивает, музыка лечит,

 музыка поднимает настроение……..

 Обучая детей музыке, мы укрепляем

 их здоровье.

Музыка оказывает на нас огромное влияние, действуя на эмоции, психику, тело и душу. Слушание музыки в определённой тональности могут приводить человека в различные состояния- радости, возбуждения, панику, страх.

Музыка влияет на наше настроение, и не только. С её помощью можно исцелять. О сильнейшем воздействии музыки на организм человека знали ещё в древние времена и использовали её в различных целях. В ветхом завете описана история, как Давид одухотворенной игрой на гуслях избавил Султана от злого духа. Видимо это был один из ранних опытов терапии музыкой. Связь музыки и медицины у древних греков символизировали Апполон- покровитель искусств- его сын Эскулап-покровитель врачевания.

Пифагор, Аристотель, Платон обращали внимание современников на профилактическое и лечебное воздействие музыки. Они выделяли 3 направления влияния музыки на человека:

1. На духовную сущность человека.
2. На интеллект.
3. На физическое тело.
4. Платон считал музыку главным средством воспитания гармоничной личности.
5. Аристотель утверждал, что музыка способна оказывать воздействие на этическую сторону души.
6. Врачеватель древности Авиценна лечил запахами смехом.
7. В 3в. До нашей эры в Парфянском царстве был выстроен медицинский центр. Здесь лечили музыкой от тоски и душевных переживаний.

Разные музыкальные сочетания способствовали приливу сил, повышали эмоциональный тонус, побуждали человека к действиям.

В современной медицине есть целое направление-, что музыка может способствовать более быстрому излечению от многих болезней.

Музыкотерапия - метод психотерапии. Основанный на эмоциональном восприятии музыки. В зависимости от мелодии, её ритмичной основы музыка может оказывать самые разнообразные эффекты от индивидуального ощущения внутренней гармонии и духовного очищения до агрессивного поведения больших человеческих масс.

 Достоинствами музыкотерапии являются:

1. Абсолютная безвредность;
2. Легкость и простота применения;
3. Возможность контроля;
4. Возможность контроля;

Уменьшение необходимости применения других лечебных методик, более нагрузочных и отнимающих больше времени.

Сегодня известно, что от качества музыки, которую слушают дети зависит их состояние здоровья. Причем влияние звуков прослеживается ещё на эмбриональной стадии, что доказал американский доктор Логан. Он вмонтировал в бандажи для беременных микро-колонки, и будущие мамочки включали только мелодии, рекомендованные ученым. Результаты стандартных тестов новорожденных превышали в четыре раза показатели обыкновенных детишек. Во время экспериментов стало известно, что плод успокаивался при звуках музыки Вивальди и Моцарта ,а при проигрывании мелодий Бетховена или Брамса начинал энергично толкаться. В нашей стране влияние музыки на состояние детей первым начал изучать психоневролог
В. М. Бехтерев. Уже тогда было видно: детям полезно слушать классику и колыбельные. Музыка не только развивает детей, но и оздоравливает их.

ВХХ веке интерес к влиянию музыки на организм человека заметно вырос.

Многочисленные исследования показывают, что музыка действует на множество тонких регуляторных процессов, меняет работу различных органов и систем в итоге благотворно или разрушительно влияет на здоровье

человека. Очень важно прививать детям любовь и интерес к музыке. Как важной составляющей здорового образа жизни. Одна из возможностей, которая может быть использована для достижения этой цели- общение детей в кружках.

 **Кружок юных любителей музыки**

Задача этих занятий в кружке-привить интерес и любовь к музыке, различным её формам. Лучше акцентировать внимание детей на позитивных аспектах этого воздействия. Направляя их выбор в полезную для них сторону.

 **Фольклорный кружок**

Как показывают исследования, занятия фольклором помогают ребенку найти гармоничный выход из возбужденного состояния, они гасят реакции стресса.

В фольклорном кружке программа включает беседы о здоровом образе жизни, а пение помогает расслабиться, избавляет от стрессов. Облегчает общение.

 **Хоровой кружок**

Цель занятий в этом объединении-помочь детям осознать привлекательность

хорового пения, его полезность для здоровья, попробовать свои силы в совместном творчестве. Систематические занятия пением развивают экономное дыхание, благотворно влияют не только на функции дыхательного аппарата, но и на стенки кровеносных сосудов, укрепляя их. Звук. Зарождающийся во время пения. Только на 15-20% уходит во внешнее пространство. Остальная часть звуковой волны поглощается внутренними органами, приводя их в состояние вибрации. Это своеобразный вибрационный массаж внутренних органов может стимулировать и улучать их работу.

 Самая необыкновенная музыка у Моцарта: не быстрая и не медленная, плавная, но не занудная- этот музыкальный феномен назвали «эффектом Моцарта»: не быстрая и не медленная, плавная. Но не занудная- этот музыкальный феномен назвали «эффектом Моцарта». Его «Волшебная

Флейта» на самом деле может творить чудеса.

Сеансы музыкотерапии хорошо влияют и на здоровых, нормально развивающихся малышей. Ведь и их иногда надо успокоить или, наоборот, взбодрить.

 Выводы:

1. Положительное влияние на психологическое состояние ребенка оказывает классическая музыка. Она:

\*улучшает память

\*организм начинает работать без сбоев

\*облегчается учебный труд