

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

от музыкального руководителя Комаровой Л.В.

Музыка лечит!

История оставила немало фактов, свидетельствующих об успешном использовании с древних времен терапевтических возможностей музыкального искусства. Первым, кто научно объяснил эффект музыки, был Пифагор. Выдающийся психоневролог академик В. М. Бехтерев считал, что музыка положительно влияет на дыхание, кровообращение, устраняет усталость и придает бодрость.

Духовная, религиозная музыка восстанавливает душевное равновесие, дарит чувство покоя. Пение веселых песен помогает при сердечных заболеваниях, способствует долголетию. Но самый большой эффект на человека оказывает музыка В. А. Моцарта. Медики установили, что струнные инструменты наиболее эффективны при болезнях сердца, кларнет улучшает работу кровеносных сосудов, флейта оказывает положительное воздействие на легкие и бронхи, а труба эффективна при радикулитах и невритах.

В результате экспериментальных исследований, научно доказано, что музыка укрепляет иммунную систему, что приводит к снижению заболеваемости, улучшает обмен веществ. Музыкальные звуки заставляют вибрировать каждую клетку нашего организма, электромагнитные волны воздействуют на кровяное давление, частоту сердечных сокращений, ритм и глубину дыхания.

Агрессивная музыка в стиле рок, поп, металл и др. способствует излишнему возбуждению. Их воздействие на детский организм обладает разрушительной силой, так как вызывает отрицательные эмоции, излишнюю возбудимость. Взрослые должны помнить, что дети не имеют достаточных знаний, чтобы разобраться в информационном музыкальном пространстве. Им приходится принимать все, что наполняет их звуковое пространство: компьютерные игры, мультфильмы иностранного производства, боевики и триллеры и т.д. Исследования ученых показали, что музыка Моцарта и его современников наиболее гармонична и сильнее воздействует на человека. Под ее влиянием **дети развиваются быстрее, лучше учатся, становятся**

более спокойными, а взрослые проявляют чудеса изобретательности, исцеляются от болезней.