

Зачем заниматься музыкой?

Существует довольно распространенное мнение о том, что музыка – это милое и чаще всего безобидное хобби. Что в девочках занятия музыкой развивают эстетическое восприятие мира, а мальчиков лучше отдать в спортивную секцию или занять интеллектуальной деятельностью. Давайте развеем эти мифы, увидим, что музыка не только учит мыслить и воспринимать иначе, но и развивает много полезных качеств личности, и что начать заниматься музыкой никогда не поздно.

Психолого-педагогические исследования показали что дети, занимающиеся музыкой, опережают своих сверстников в умственном развитии, они быстрее усваивают навыки чтения и умеют яснее выражать свои мысли. Занятия музыкой стимулируют работу мозга. Музыка наиболее абстрактна и структурирована, если сравнивать ее с другими видами искусства. Поэтому, занимаясь ею, легче развить мыслительные навыки, которые пригодятся при любой умственной работе.

В чем польза для детей?

1. Оптимизация работы мозга. Различные исследования показали, что занятия музыкой положительно влияют на интеллектуальный рост детей и в целом на работу мозга. В итоге, это приводит к лучшему выполнению любой работы, а значит, находит практическое применение в обычной жизни.

Как музыка влияет на мозг? Во время занятий согласуется работа обоих полушарий мозга, происходит постоянный обмен информацией между ними, чередование в их работе. Обычно у человека доминирующим является одно полушарие мозга и, соответствующая ведущая рука. Когда неведущую руку заставляют работать наравне с ведущей, то второе полушарие мозга активно включается в работу. Такой натренированный мозг обрабатывает информацию быстрее, а значит и более эффективно работает.

2. Развитие мелкой моторики. Любой родитель знает, насколько важно развивать мелкую моторику детей. Так вот у музыкантов увеличен отдел мозга, отвечающий за моторные навыки и их связь с поступающей в мозг информацией от органов чувств. Двигательный и речевой центры мозга человека тесно связаны друг с другом, чем лучше ребенок владеет пальцами, тем лучше развивается его речь. Почти все музыкальные инструменты требуют работы пальцев, игра на них не может сравниться по эффективности ни с какой гимнастикой. Особо сложные и эффективные в этом отношении инструменты – это фортепиано и аккордеон (или баян), так как при игре на них задействованы обе руки. В этом отношении для малышей полезна игра на блокфлейте, когда обе руки работают одинаково активно. (При игре на скрипке, гитаре и других струнных инструментах обе руки задействованы неравномерно.

3. Развитие речи. В музыке тоже могут быть интонации, предложения и фразы. Этим она очень похожа на речь. При занятиях музыкой ребенок знакомится с ее свойствами, структурой, интонациями и выразительностью, и его речь становится более грамотной, структурированной и выразительной. Музыкант тоньше различает оттенки речи других людей, а значит, улучшаются его коммуникативные навыки.

4. Особенности общения. Привычка слушать музыку и понимать ее делает музыкантов мягче и терпимее в общении, более чувствительным и внутренне спокойным, их труднее вывести из себя и вогнать в панику.

5. Работа с дыханием. Техника правильного дыхания при пении тренируется с первых занятий и остается на долгие годы. При грудобрюшном типе дыхания диафрагма и легкие работают поочередно, что благотворно сказывается на их работе. Даже врачи рекомендуют игру на духовых инструментах и пение астматикам и больным хроническим тонзиллитом. Пение развивает дыхательную систему, улучшает дренаж легких.

6. Развитие математических способностей. Удивительно, но факт: занятия музыкой и математикой схожи содержательно и психологически. Поэтому занимаясь музыкой, развиваются и метаматематические навыки. Мелодия, ритм, гармония, лад – эти составляющие музыки имеют четкую структурную организацию, в чем и схожа с математикой. Понятия кратности и длительности звуков помогают лучше понять дроби, пропорции и т.д.

7. Помощь при легких формах заикания. Конечно, не стоит рассматривать пение как 100% средство лечения заикания, но при легких формах оно очень эффективно. Это связано с тем, что при заикании ребенок не может ровно произнести первый слог слова, а при пении акцент на первом слоге сглаживается. Если ребенок поет в хоре, то он подстраивается под других детей, к тому же его ошибки в речи не слышны при хоровом пении, а это может быть дополнительным психологическим позитивным фактором.

8. Влияние на осанку. При пении и при игре на инструментах положение тела зафиксировано, при этом спину держат ровно, не сутулятся, учитель строго следит за этим, а затем это просто становится полезной привычкой и отличной тренировкой мышц.

9. Благотворное влияние на психику. Существует даже психотерапевтический метод – музыкотерапия, применяемый при лечении детей с соматическими и психическими расстройствами.

10. Развитие эмоционально-чувственной сферы. Музыка помогает раскрыть содержание эмоций, воплотить настроение, показать его в развитии и динамике. Музыка способна восполнить недостаток эмоциональной составляющей у современных детей, научить их сопереживать, сделать более чуткими по отношению к другим людям.

11. Развитие пространственного мышления, связанное с выполнением обеих рук различных функций одновременно. А также развитие многозадачности, когда при чтении нот с листа необходимо помнить о прошлом, контролировать настоящее, и думать о будущем.

12. Развитие памяти. Помимо того, что занятия музыкой задействуют все виды восприятия (слуховое, зрительное, чувственное), они еще и используют все виды памяти (слуховую, зрительную, моторную, ассоциативную, образную), что позволяет ее, эту память, тренировать .

13. Развитие физиологического слуха. При развитии музыкального слуха более тонким становится и физиологический слух, так как улучшается реакция мозга на звук.

14. Самодисциплина и трудолюбие. Занятия музыкой (пусть даже в виде хобби) требуют регулярности, они должны быть ежедневными и часто самостоятельными. Привычка к ежедневному труду, к слову «надо», необходима человеку, если он хочет добиться успеха в жизни. Поэтому музыка, наравне со спортом, воспитывает характер, силу воли и помогает самоорганизовать свое время.

15. Привычка к публичным выступлениям. Психологическая готовность к выступлениям появляется не сразу, большинство людей испытывают страх перед сценой, так как выступление требует сосредоточенности, порядка и ответственности. Овладеть техникой публичного выступления полезно любому человеку, вне зависимости от его профессии. Дети, выступая на сцене несколько раз в год, учатся управлять эмоциями, направлять внимание, увлекать за собой слушателей. Со временем нервная система укрепляется, растет уверенность в себе и формируется умение адаптироваться к любым жизненным ситуациям.