

Влияние музыки на развитие ребенка



Музыка для ребенка – это неиссякаемый источник гармонии, здоровья, развития способностей и душевного равновесия. Важно правильно подобрать произведения и как можно раньше начать знакомить с ними своего малыша.

Когда начать?

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. Поэтому и мелодии для новорожденного стоит выбирать спокойные, негромкие, включать их дозированно.

Но нужна ли вообще младенцу музыка? Может быть, ему пока рано слушать мелодии? Ученые считают, что музыка может и, в идеале, должна присутствовать в жизни малыша начиная с... момента его зачатия. Установлено, что с определенного момента внутриутробного развития плод слышит музыку, доносящуюся извне, и реагирует на нее. Более того, есть предположения, что музыка влияет не только на его эмоциональное состояние, но и на умственное развитие.

Музыка и здоровье

Исцеляющие возможности музыки известны еще со времен Авиценны. В наши дни доказано, что некоторые мелодии (в основном, классические):

- благотворно влияют на общее состояние;
- успокаивают, расслабляют, справляются с грустью и апатией;
- способствуют нормализации частоты сердечных сокращений, дыхания, артериального давления, уменьшают боль (например, детям с нарушенной перистальтикой кишечника хорошо слушать ритмичные мелодии);
- способствуют концентрации на цели, повышению жизненного тонуса – при плохом аппетите малышам предлагают слушать музыку перед едой, бравурные марши полезно включать во время зарядок и активных игр.

Есть целое направление – музыкотерапия: мелодиями и пением лечат многие заболевания и отклонения, в том числе у недоношенных детей, на которых наиболее благотворно влияет Моцарт. Впрочем, замечено особое влияние музыки великого композитора и на умственное развитие любого ребенка.

Музыка и способности

Многочисленные исследования показывают, что занятия музыкой и даже просто регулярное прослушивание ее благотворно влияют на:

- коммуникативные способности детей,
- развитие у них памяти, воображения, пространственного мышления,
- усидчивость, целеустремленность, самостоятельность,
- аккуратность, грамотность, творческие способности,
- усвоение учебного материала,
- формирование художественного вкуса и эстетическое развитие.

Масаро Ибуку, создатель новаторских концепций по воспитанию и обучению детей раннего возраста, в своей книге «После трех уже поздно» рассказал об одном эксперименте: он исследовал детей, которые благодаря музыке развивались быстрее, чем их сверстники. Причем дети в эксперименте только слушали музыку, а не играли на музыкальных инструментах.

Очевидно, что музыка воздействует на рост нейронов мозга. Но очевидно и то, что детей полезно развивать музыкально, и здесь очень многое зависит от родителей.

Музыка и слух

По статистике только у 5% людей нет музыкального слуха. У остальных 95% если его и недостает, то можно развить занятиями. Поэтому вместо того чтобы с младых ногтей пытаться определять, есть ли у малыша слух, стоит как можно раньше начинать стимулировать его развитие – тогда у крохи и слух вскоре прорежется, и страсть к музыкальным занятиям проявится. И тем самым удастся избежать распространенного феномена – когда слух есть, а желания заниматься музыкой – нет.

Какую музыку слушать?

Конечно, мы не призываем вас воспитывать ребенка в «стерильных условиях», строго определяя, что ему слушать, а чего – нет. Повзрослев, малыш обязательно познакомится с мировым музыкальным наследием, от классики до рока. Но пока психика маленького ребенка, в силу ее хрупкости и незрелости, нуждается в очень бережном выборе музыкального окружения. Здесь придется учитывать и темперамент малыша, и его настроение, и даже время суток, когда вы поставите ему диск с песенкой или мелодией.

Что полезно слушать детям? Во-первых, классику. Правда, не всю: органские фуги Баха, минорные сочинения Шопена, «взрослые» оперы тяжелы для детского восприятия, они могут тревожить, нервировать их, возбуждать и т. д. Желательно внимательно относиться и к «детским» обработкам: некоторые из них выхолащивают всю палитру звучания, добавляя взамен довольно однообразные «звуки природы».

Начинать знакомство малыша с музыкой лучше не с симфоний, а с простых пьес, например Листа, Глинки. Дети хорошо воспринимают Моцарта, Вивальди, Брамса, Чайковского, Гайдна, Шумана. Родителям важно следить за реакцией ребенка на то или иное произведение. Ведь то, что нравится одному, может отнюдь не понравиться другому. Внимательно наблюдайте за своим малышом: как он ведет себя во время и после прослушивания? Какой очевидный эффект оказало произведение? Не стал ли малыш капризничать после того, как прослушал? Развеселила музыка или, наоборот (как вы и хотели), успокоила малыша?

Понятно, что чем возбудимее ребенок, тем более спокойные мелодии ему стоит слушать – например, вторые части сюит и инструментальных концертов. А малышам, чья активность оставляет желать лучшего, ставьте мелодии в темпах «аллегро» и марши.

Означает ли это, что в доме, где растет ребенок, исключена любая музыка, кроме классики, звуков природы и избранных детских песен? Что мамы-папы обречены отказаться от любимого джаза, рока или регги? Отнюдь. Речь идет лишь о двух важных вещах – особенностях детского восприятия и воспитании музыкального вкуса.

Даже если кто-то очень любит тяжелый рок, придется признать – существует музыка, однозначно вредная для нежной детской психики: рок, металл, электронная музыка, клубная танцевальная, мелодии с четкими однообразными ритмами. Почему не рок? Потому что сверхнизкие и сверхвысокие частоты крайне негативно воздействуют на весь организм. Почему не современная поп-музыка? Потому что музыка, которую слышит малыш должна быть гармоничной и соразмерной жизненным ритмам детского организма, а большая часть сегодняшней «попсы» даже в исполнении «звезд», диссонансна, ее ритмы нерегулярны, в ней отсутствует форма. Кстати, это касается и некоторых современных «песен для детей» – не все диски с песенками из мультфильмов стоит слушать малышам. Да и проверенные советские песни подойдут деткам постарше – от года, например.

Вы сами предпочитаете джаз, рэп, русский рок? Не расстраивайтесь! По мере роста малыша ему можно и нужно будет включать самую разную (но только настоящую!) музыку.

Музыка действительно способна помочь в воспитании и в уходе за малышом. Считается, что разные произведения воздействуют по-разному.

- Успокаивают, расслабляют: флейта, скрипка и фортепиано; звуки природы – шум леса, моря, негромкие трели птиц; «Колыбельная» И. Брамса, «Аве Мария» Ф. Шуберта, «Свет луны» К. Дебюсси, сочинения Р. Шумана.
- Снижают чувство тревоги: мажорные произведения с невысоким темпом, народная музыка, народные детские песни, «Мазурка» и «Прелюдии» Ф. Шопена, вальсы Р. Штрауса.
- Снижают возбуждение: «Симфония» Й. Гайдна, «Лунная соната» и «Симфония ля-минор» Л.В. Бетховена.
- Повышают настроение: сочинения В.А. Моцарта, «Менуэт» Г. Генделя.
- Повышают активность: «Шестая симфония» (часть 3) П.И. Чайковского, увертюра «Эдмонд» Л.В. Бетховена, «Прелюдия 1» (опус 28) Ф. Шопена, «Венгерская рапсодия 2» Ф. Листа.
- Уменьшают боль: «Симфония No 40» В.А. Моцарта, «Венгерская рапсодия 1» Ф. Листа, сюита «Маскарад» А. Хачатуряна, «Фиделио» Л.В. Бетховена, Полонез Огинского, «Весенняя песня» Ф. Мендельсона.
- Успокаивают перед сном: «Грезы» Р. Шумана, «Мелодия» К.В. Глюка, пьесы П.И. Чайковского, «Пер Гюнт» Э. Грига.
- Активизируют умственную деятельность: отрывки из фортепьянных сонат и концертов В.А. Моцарта, Рондо из его «Маленькой ночной серенады».
- Нормализуют дыхание: григорианские песнопения, народная музыка. Впрочем, у каждого свое восприятие музыки. Если вам не нравится какое-либо произведение или вы видите, что кроха, слушая его, вместо того чтобы успокоиться, наоборот, возбудился, не включайте эту музыку.

Правила безопасности

Музыка, как и любое воздействие на ребенка, должна быть дозирована – по громкости, длительности и т. д. Чем младше малыш, тем спокойней должна быть мелодия. Громкость не должна превышать громкость разговорной речи, а колонки надо располагать на расстоянии не меньше 1 метра от малыша. Длительность музыкального сеанса может быть от нескольких минут до полчаса, а самих таких сеансов – не более трех в день (исключение – колыбельные).

Понятно, что если малыш адекватно реагирует на мелодию или песенку, не утомляется и не капризничает, вы станете включать ее чаще. Однако «островки тишины», когда кроха отдыхает или слышит только ваш голос, необходимы – нервная система и мозг малыша нуждаются в паузах.

Живая музыка

Особое значение для ребенка имеет живое пение его родных – мамы, папы, бабушки (а затем уже и собственное). Для младенца мамин голос, говорящий или напевающий, – лучшее успокоительное.

Напевая крохе колыбельные, частушки и потешки, вы не просто развиваете его музыкально, но и вступаете в эмоциональный контакт. Есть ли у родителей музыкальный слух или его нет, это их волновать не должно – ведь важен сам факт музыкального общения с ребенком. Не стесняйтесь петь своему малышу. Не знаете колыбельных – напевайте спокойные народные песни, сочиняйте песенки по ходу жизни, перелагайте стихи на музыку. Но пару колыбельных все же выучите. Русские колыбельные протяжны, монотонны, напевны, под них любой малыш засыпает быстрее. Они развивают и будущую речь – малыш слышит и запоминает слова родного языка – красивые, многозвучные, разные...

Музыкальные игрушки выбирайте особенно тщательно. Многие из них пользы не принесут: слишком громкие, не выключающиеся, пока не проиграют мелодию до конца, с неестественными для человеческого уха и мозга звуками, произведенными компьютером. Мелодии, которые воспроизводят электронные забавы, должны быть приятными на слух и не раздражающими. А общение с ними малыша пусть будет дозированным. Отдельная тема – игрушечные музыкальные инструменты. В большинстве своем они вредны – не соответствуют реальному звучанию и расстроены. А вот настоящие музыкальные инструменты, подходящие детям, особенно народные – ложки, трещотки и маракасы с мягким звучанием, бубны,

треугольники, ксилофоны и т. д. – отличное решение. С ними, в отличие от музыкальных игрушек, можно творить – простукивать ритмы, сочинять свои первые мелодии, повторять звуки вслед за мамой, подыгрывать звучащим мотивам.

Как заниматься музыкой

В первом полугодии жизни занятия с малышом музыкой, во-первых, носят ознакомительный характер, а во-вторых, укрепляют физическое здоровье крохи, благотворно влияя на его нервную систему. С 6 месяцев можно приступать к развитию у крохи чувства ритма, например ладошками малыша отхлопывать ритмы, махать с ним ручками и делать массаж под веселые детские мелодии. После года учим ребенка различать музыкальные инструменты. Для этого выбираем музыку, где есть периоды, когда один инструмент звучит четко, ясно. Инструменты должны быть простыми, с характерными звуками – дудочка, колокольчик и т.п. Для занятий подойдут русские народные песенки, особенно в детской обработке. Позднее можно подключить и собственную игру на этих инструментах: вы предлагаете ребенку узнать, какой инструмент звучит, а затем просите его найти такой же и произвести звук.

По мере взросления крохи можно будет перейти к изучению жанров, строения музыки и т.д. - но это все потом. А пока главный фактор успеха в музыкальном развитии малыша - отношение к музыке родителей. Если воспринимать занятия как «обязаловку» и главный мотив определять словом «НАДО», можно сформировать не любовь, а только отвращение к музыке. Если же заниматься себе и малышу в удовольствие, с интересом вместе слушать музыку, разбирать произведения на доступном для ребенка уровне и тем самым этот уровень повышать, это станет неоценимым вкладом в развитие творческой гармоничной личности.

А что делать, если родители сами недостаточно музыкально образованы? Понятно что – восполнять пробелы вместе с детьми. Начните с малого – найдите в музыке то, что вам самим нравится – поднимает настроение, веселит или же навеивает приятную меланхолию. Просто слушайте произведения и получайте от этого удовольствие. Находите другие произведения понравившегося автора или аналогичные по настрою композиции прочих сочинителей. Возможно, вам помогут аудиокниги о том, как слушать музыку, их, кстати, можно слушать вместе с детьми, – например, аудиокнигу Александра Во «Классическая музыка. Новое восприятие». Так, постепенно, шаг за шагом, музыка войдет и в вашу жизнь, и в жизнь вашего ребенка.