

## Слушание музыки как метод музыкальной терапии.

Городжанова Жанна Владимировна, музыкальный руководитель  
МБДОУ м.о. город Краснодар «Детский сад № 219»



*Музыка сопровождает человека в течение всей жизни. Без музыки трудно представить себе жизнь человека. Без звуков музыки она была бы неполна, глуха, бедна... Людям нужны все виды музыки — от простого напева свирели до звучания огромного симфонического оркестра, от незатейливой популярной песенки до бетховенских сонат.*

*Д. Шостакович, советский композитор.*

Музыка невидимой нитью вплетена в жизнь людей. Она повсюду: может вызвать грусть, а может — радость, успокоить или заставить танцевать, она побуждает нас заглянуть в самые тайные уголки своей души и лучше понять окружающий мир.

Лечебное свойство музыки на организм человека было замечено еще в давние времена. Первобытные люди считали, что силы неба и земли связаны звуками. Слушая звуки первых музыкальных инструментов — барабан шамана, костяных флейт, человек осознал: музыка может исцелять.

У кельтских жрецов была установлена специальная категория — барды, которые занимались изучением музыки. У них было понятие о цветовых оттенках музыки, о том, как создать песенное заклинание, которое способно лечить или причинять вред.

В Древней Индии считали, что у музыки и медицины одно вдохновение. А врачи Древней Греции при лечении пациентов применяли звучание духовых инструментов. Даже философ Демокрит говорил о пользе флейты не только для слуха, но и для здоровья человека. В Средневековье считали, что цель музыки — «прославлять бога, изгнать дьявола, вылечить больного и породить любовь». Ученый И. Догель еще в XIX веке установил, что под влиянием музыки меняются частота сокращений сердечной мышцы, кровяное давление, ритм и глубина дыхания, как у животных, так и у человека. А великий врач Авиценна использовал музыкотерапию при лечении нервных и психических заболеваний. По мнению врача-терапевта Надежды Чернышовой, гармоничное сочетание звуков может влиять на кору головного мозга, улучшать мыслительные процессы и корректировать возбуждение нервной системы. Также врач считает, что чаще классическая музыка оказывает положительный эффект на тех, кто на ней вырос и испытывает при прослушивании хорошие ассоциации.

В 1950-х годах взаимосвязь музыки и медицины породила целую отрасль науки, известную как «музыкальная терапия». Термин «музыкотерапия» имеет греко-латинское происхождение и в переводе означает «лечение музыкой». По определению Всемирной федерации музыкальных терапевтов, музыкальная терапия — это клиническое использование музыки для воздействия на психику и организм человека, базирующееся на научных исследованиях и проводимое сертифицированным специалистом. Изначально музыкотерапию использовали в больницах и психиатрических клиниках в качестве дополнительного средства, способного облегчить страдания больных, сегодня музыкальную терапию часто используют не только в медицине, но и в психолого-педагогической практике, в том числе, в работе с детьми и подростками.

Музыкальную терапию используют в работе с целью профилактики и коррекции: эмоциональной нестабильности, поведенческих нарушений, отклонений в эмоциональном и психосоциальном развитии, детского аутизма. Являясь доступным, понятным для ребенка материалом, вызывающим эмоциональную реакцию, музыка позволяет испытать различные чувства, дает возможность специалисту быстрее установить контакт, создать поле для совместной работы над проблемой. Наилучшим терапевтическим эффектом обладает классическая музыка.

В 90-х годах XX столетия появилась информация об уникальном воздействии музыки Моцарта на человеческий мозг. Необычное влияние назвали «эффектом Моцарта». Воздействие музыки Моцарта на головной мозг доказано научно по двум направлениям: частоте смены ритма и по частоте звука. Произведения этого композитора несут в себе позитивную энергию, потому что в них преобладают мажорные ноты. Музыка Моцарта гениально проста, чиста, светлая и искренняя. Не случайно ее автора во всем мире называют «солнечным» композитором. Вольфганг Амадей Моцарт —

Известный скрипач Иегуди Менухин выдвинул гипотезу — он утверждал, что те музыкальные произведения, которые он прекрасно помнил, исполняли его родители-музыканты еще в период ожидания малыша. Майкл Клементс из Лондонского королевского колледжа, который занимался исследованием реакции плода на музыкальные произведения, показал, что, начиная с 24 недель, малыши по-разному реагируют на классическую и рок музыку. Влияние музыки Вивальди и Моцарта оказывала на малышей спокойный эффект, способствовала переходу плода в более расслабленное состояние и малыш быстрее засыпал. И наоборот, активная, современная музыка, а также произведения Бетховена и Брамса способствовали увеличению двигательной активности ребенка. По словам терапевта-иммунолога Ярцевой, музыкальные вибрации в первую очередь влияют на мать, которая успокаивается и настраивается на позитивный лад, и только потом — на мозг ребенка.



*В музыке есть прекрасная вещь — когда она попадает в тебя, ты не чувствуешь боли.*

*Боб Марли, ямайский музыкант, композитор*

Слушание музыки — не только одно из средств музыкотерапии, это уникальный вид музыкальной деятельности. Его уникальность состоит в том, что происходит развитие не только музыкальное, но и развитие общее психическое, особенно при слушании классической музыки. Слушая музыку, ребенок познает мир во всем его многообразии, поскольку музыка отражает его в звуках разносторонне и полноценно. Музыковеды утверждают, что слушание музыки, направленное на восприятие ее характера, образов, требует напряженной работы сердца, ума и особого творчества. Во время слушания музыки, дети знакомятся с инструментальными, вокальными произведениями разного характера. Слушание музыки развивает интерес, любовь к ней, расширяет музыкальный кругозор, повышает музыкальную восприимчивость детей, воспитывает зачатки музыкального вкуса.

В начале XX века многие музыканты (Б. А. Асафьев, Б. Л. Яворский, И. Кюм и др.) уделяли большое внимание вопросу слушания музыки для развития музыкальных способностей и творческого воображения у детей. Спустя полвека, в середине 90-х годов XX в., интерес к процессу слушания музыки, как основному виду музыкальной деятельности, которому принадлежит ведущая роль в развитии творческого воображения, значительно возрос. Проблема развития творческого воображения детей старшего дошкольного возраста особенно актуальна в настоящее время, в связи с тем, что этот психический процесс является неотъемлемым компонентом любой формы творческой деятельности человека. Согласно исследованиям в области музыкальной педагогики, творческое воображение детей старшего дошкольного возраста развивается в различных видах музыкальной деятельности, а именно: — в процессе слушания музыки, — в вокальном и инструментальном исполнении, — в музыкально-пластической деятельности, — музыкальных импровизациях и сочинении музыки, — в установлении связей музыки с другими видами искусства.



*Там где слова бессильны, является во всеоружии своём более красноречивый язык — музыка.*

*Пётр Ильич Чайковский, русский композитор*

Как же музыка влияет на развитие личности ребенка?

Ученые пришли к следующим выводам:

1. Слушать музыку следует 2–3 раза в день по 20–30 минут каждый. Продолжительность можно увеличить, если ребенок расположен к прослушиванию музыки.
2. Спокойную музыку ребенку лучше слушать после приёма пищи, а весёлую и энергичную — до.



*Музыка не в нотах, но в тишине между ними.  
Вольфганг Амадей Моцарт, австрийский композитор*

самый подходящий композитор для малышей. Большое количество научных исследований говорит о том, что мелодичная, изысканная и воздушная музыка Моцарта оказывает положительное влияние на развитие детской психики, интеллекта и творческого потенциала.



*Моей первой любовью была классическая музыка. В детском саду мы слушали Чайковского каждый день. Я бы с удовольствием поработал с Чайковским или Клодом Дебюсси.*

*Майкл Джексон американский артист*

Французские ученые выяснили, что классическая музыка является нейростимулятором, что способствует более эффективному освоению речи, навыков чтения и, в дальнейшем улучшают успеваемость в школе. Эти выводы также подтверждены в 2010 году исследованием канадского психолога и профессора Гленна Шелленберга, который утверждает, что занятия музыкой в раннем возрасте способствуют развитию интеллекта и повышению IQ у детей. В другом исследовании, опубликованном в журнале «Нейронаука и поведенческая психология», были приведены наблюдения о том, что при прослушивании классической музыки, значительно повышается способность к восприятию чисел, букв и визуальных образов.

Известно, что ребенок, будучи в утробе матери тесно связан с ее организмом и находится под воздействием звуков. Околоплодные воды являются отличным проводником различных звуков, которые возникают как в организме матери, так и во внешнем мире.



*Музыка, подобно дождю, капля за каплей просачивается в сердце и оживляет его.  
Ромен Роллан, французский писатель, учёный-музыковед*

3. Не следует громко включать музыку, поскольку достаточно громкости спокойной разговорной речи.
4. Репертуар может включать в себя детские, эстрадные, джазовые, народные песни и т.д.
5. Ребенка необходимо приобщать к классической музыке — она является лучшим средством для музыкальной терапии.

Из произведений детской классической музыки в раннем и младшем возрасте можно использовать альбомы фортепианных пьес для детей П. И. Чайковского, А. Т. Гречанинова, Э. Грига, Р. Шумана, С. М. Майкапара, С. С. Прокофьева и др.

Также очень важно слушать с детьми фрагменты классических произведений разных времен — старинную музыку А. Вивальди, Г. Ф. Генделя, И. С. Баха, произведения В. А. Моцарта, Л. Бетховена, Ф. Мендельсона, Р. Шумана, Ф. Шопена, М. И. Глинки, П. И. Чайковского, С. В. Рахманинова, Д. Д. Шостаковича и других зарубежных и отечественных композиторов-классиков.



*“Мне всегда лучше работается после того, как я послушаю музыку”  
Иоганн Вольфганг Гёте, немецкий поэт*

Основными инструментами развития творческого воображения в процессе слушания музыки являются:

- привлечение внимания к слушанию музыки, настрой на восприятие;
- повторное слушание с последующим музыкальным анализом, разбором впечатлений;
- закрепление представлений о прослушанной музыке в музыкальном опыте ребенка, запоминание произведения, готовность рассуждать о нем, желание послушать еще раз;
- создание условий для выражения ребенком результатов музыкального восприятия в игровой, художественной, двигательной деятельности.

Слушание на постоянной основе хорошо подобранных, доступных детям музыкальных произведений, принесет огромную пользу. Дети любят музыку, у них развивается слух, появится потребность слушать музыку, наслаждаться ею. Музыкальную культуру необходимо прививать детям начиная с раннего возраста. В сущности, именно слушание музыки является одним из главных видов деятельности в музыкальном воспитании.

Музыка важна для ребенка, и она непременно должна присутствовать в его жизни. Известный советский педагог В. А. Сухомлинский считал, что: «Музыка является самым чудодейственным, самым тонким средством приучения ребенка к добру, красоте и человечности. Жизнь детей без музыки невозможна, как невозможна без игры и без сказки...».

Музыка — это универсальная магия, которая способна лечить душу, вдохновлять сердце и объединять людей, словно невидимые нити.

Максим Лапенко, музыкант, блогер.

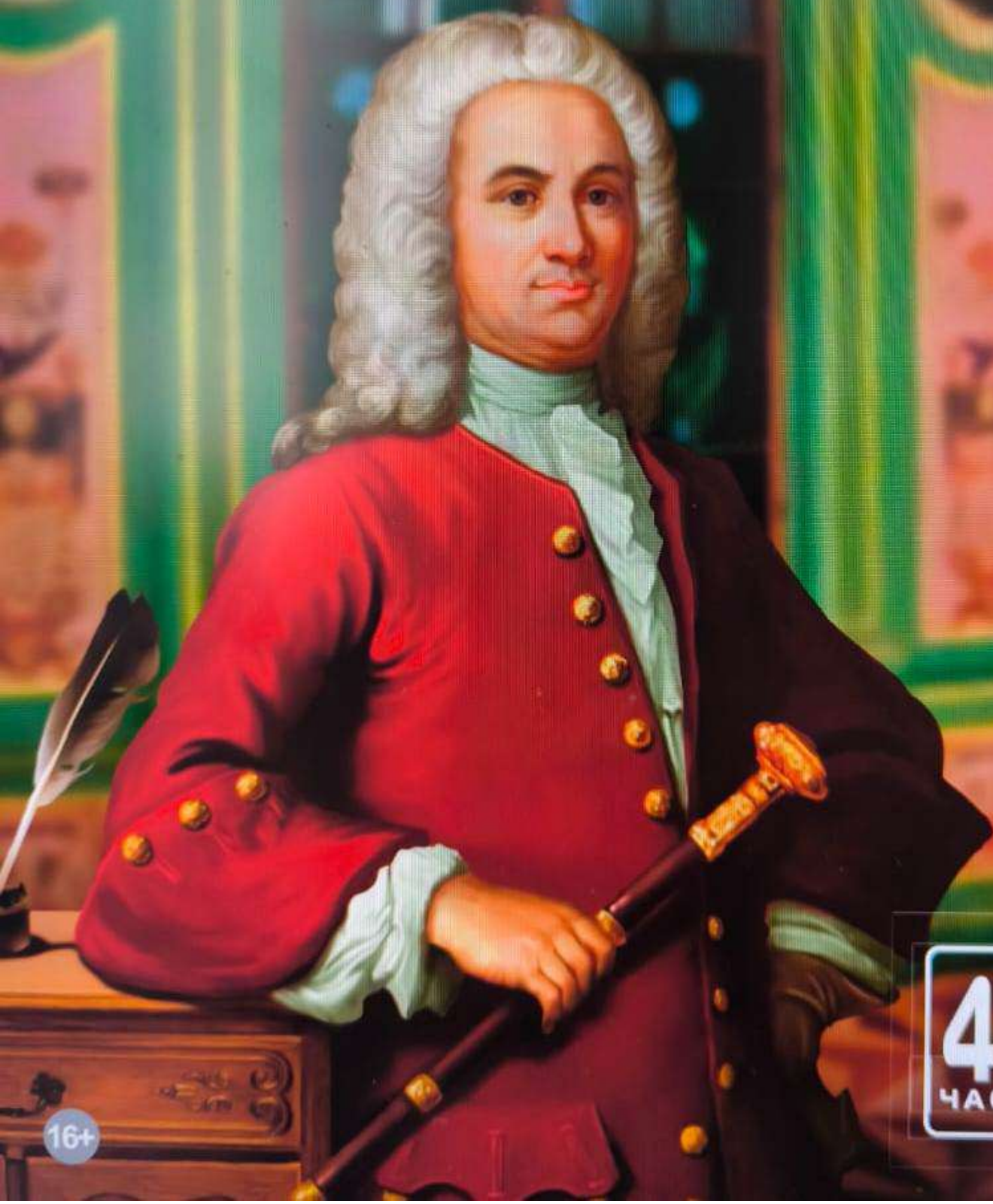
#### Литература:

1. Ворожцова О. А. Музыка и игра в детской психотерапии. — М., 2004.
2. Петренко, С. С. Психологические условия построения развивающего музыкального обучения у детей дошкольного и младшего школьного возраста [Текст]: дис. ... канд. психол. наук / С. С. Петренко. — М.: ВЛАДОС, 2005.
3. Элькин В. М. Целительная магия музыки. Гармония цвета и звука в терапии болезней. — СПб: Респекс, 2000.
4. Слушание и восприятие музыки — основа формирования музыкальной культуры детей дошкольного возраста. Алимжанова Р. Р. <https://sch224s.mskobr.ru/files/doshkol-otdelenie/Alimjanova/>
5. Статья «Роль слушания музыки во всестороннем развитии детей дошкольного возраста» Солдатова Татьяна Леонидовна (Опубликовано 07.02.2023г)
6. Влияние классики на людей. [www.classicalmusic.ru](http://www.classicalmusic.ru)
7. Музыка в Древние времена и при Древних Людях. [www.music-in-ancient\\_time.ru](http://www.music-in-ancient_time.ru)
8. Музыкотерапия, основанная на прослушивании классической музыки. Сайт врача и его разработки. [www.rognovsergey.ru](http://www.rognovsergey.ru)
9. Музыкотерапия. Её виды и формы. Журнал «Здоровье». Страницы в интернете. [www.zdoroviemagazin.ru](http://www.zdoroviemagazin.ru)
10. Портал психологических изданий PsyJournals.ru — [https://psyjournals.ru/journals/bppe/archive/2015\\_n4/Sergeeva](https://psyjournals.ru/journals/bppe/archive/2015_n4/Sergeeva) [Использование средств музыкальной терапии в психолого-педагогическом сопровождении детей и подростков // Вестник практической психологии образования — 2015. Том 12. № 4]

ISSN 2072-0297

# МОЛОДОЙ УЧЁНЫЙ

МЕЖДУНАРОДНЫЙ НАУЧНЫЙ ЖУРНАЛ



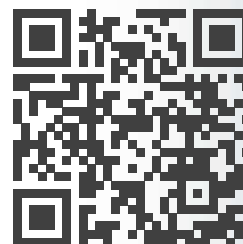
16+

42  
2024  
ЧАСТЬ V

## СОДЕРЖАНИЕ

## ПЕДАГОГИКА

- Балабанова В. А.**  
Использование средств визуализации для развития лексико-грамматических навыков учащихся 5-го класса на уроке английского языка ..... 283
- Балабанова В. А.**  
Модернизация упражнений учебника Academy Stars 1 с помощью средств визуализации для развития лексико-грамматических навыков для учащихся 5-го класса на уроке английского языка..... 285
- Биналиева А. О.**  
Педагогическое наследие Д. И. Менделеева и его роль в развитии высшей школы ..... 287
- Богданова И. И.**  
Методическая работа как условие профессионального саморазвития воспитателей ..... 288
- Бокибоева Т. В., Выходцева Е. Н., Елизарова Е. А., Китухина О. А.**  
Основные аспекты и критерии формирования коммуникативной компетентности педагогов..... 290
- Бронникова Е. А.**  
Воспитание толерантности и поддержка межкультурного развития у детей дошкольного возраста ..... 293
- Варавка К. И., Волчанская Т. В., Панкратьева О. Е., Нагель О. В.**  
Загадки русского узора: знакомство дошкольников с народной культурой через ознакомление с русским декоративным творчеством ..... 294
- Гараев Э. С., Гахраманов Н. Ф., Нуруллаев Ю. Г., Алиева Т. Г.**  
История развития электродинамики в средней школе ..... 296
- Городжанова Ж. В.**  
Слушание музыки как метод музыкальной терапии. .... 300
- Грицуняк Д. В.**  
Проект по созданию лэпбука в процессе обучения чтению на английском языке ..... 304
- Доштуг-оол Ш. Ю.**  
Всероссийская проверочная работа по английскому языку как средство контроля знаний учащихся средней школы ..... 307
- Евстафьева С. В.**  
Работа над проектом на уроках русского языка в 3-м классе начальной школы ..... 309
- Киляева А. С.**  
Совет молодых педагогов как инструмент управления развитием образовательной организации..... 310
- Клюкина Ю. С.**  
Формирование функциональной грамотности на уроках биологии ..... 313
- Колесникова А. В.**  
Формирование учебной мотивации у младших школьников в процессе внеурочных занятий ..... 315
- Колодина Т. В.**  
Особенности речевого развития детей с ограниченными возможностями здоровья... 317
- Корабельников А. А.**  
Поиск путей решения проблем управления здоровьесбережением детей и подростков.... 319
- Лудченко О. А.**  
Вред и польза гаджетов для детей дошкольного возраста ..... 321
- Луценко Д. С.**  
Применение онлайн-технологий в процессе развития лексико-грамматических навыков обучающихся 9-го класса ..... 323
- Марунова И. В.**  
Создание условий для самостоятельной трудовой деятельности дошкольников ..... 325
- Палеева А. С.**  
Разновидность игровых методов в образовательной среде ..... 326
- Палеева А. С.**  
Роль использования игровых технологий на занятиях английского языка ..... 328



# СВИДЕТЕЛЬСТВО

о публикации научной статьи

Настоящим подтверждается, что

**Городжанова**

**Жанна Владимировна**

музыкальный руководитель

МБДОУ м. о. город Краснодар «Детский сад № 219»

является автором статьи, опубликованной в международном научном журнале «Молодой ученый» (№42 (541), октябрь 2024 г.)

**«Слушание музыки как метод музыкальной терапии»**

<https://moluch.ru/archive/541/118404/>

Главный редактор  
Издательства «Молодой ученый»  
к.т.н. Ахметов И.Г.



СМ № 05410201311



# СВИДЕТЕЛЬСТВО о публикации в СМИ

Городжанова  
Жанна Владимировна

музыкальный руководитель

МБДОУ «Детский сад №219» г.Краснодар.

Опубликовал(а)  
методическую разработку  
на Международном образовательном портале Маам  
Сценарий осеннего праздника «Заячья морковка» с элементами  
театрализации в старшей группе

<http://www.maam.ru/detskijasad/scenarii-osenego-prazdnika-zajachja-morkovka-s-yelementami-teatralizaci-v-starshei-grupe.html>

7 октября 2024 в 18:57

**МААМ.RU**

Международный образовательный портал  
Свидетельство о регистрации СМИ:  
ЭЛ № ФС 77 - 57008  
ISSN 2587-9545



Администратор  
проекта maam.ru  
Вовченко Е.А.

1700421-016-015

Проверить документ [www.maam.ru/pro](http://www.maam.ru/pro)





# СВИДЕТЕЛЬСТВО

о размещении авторского материала на сайте infourok.ru

**НАСТОЯЩИМ ПОДТВЕРЖДАЕТСЯ, ЧТО**

**Городжанова Жанна Владимировна**

музыкальный руководитель

МБДОУ МО г. Краснодар "Детский сад N 219"

опубликовал(а) на сайте infourok.ru методическую разработку,  
которая успешно прошла проверку и получила высокую  
оценку от проекта «Инфоурок»:

Консультация для родителей на тему "Рисуем музыку"

**Web-адрес публикации:**

<https://infourok.ru/konsultaciya-dlya-roditelej-na-temu-risuem-muzyku-7323727.html>



**И. В. Жаборовский**

Руководитель  
учебного центра «Инфоурок»



Свидетельство о регистрации  
в Национальном центре ISSN  
(присвоен Международный  
стандартный номер сериального  
издания:  
№ 2587-8018 от 17.05.2017)

**infourok.ru**

07.10.2024

**ЛФ95415887**

Российская Федерация



Lingua  
Nova

**УДОСТОВЕРЕНИЕ  
О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ**

**661634060953**

*Документ о квалификации*

Регистрационный номер  
является документом установленного образца  
ФПР - 2003  
Город  
Екатеринбург

Дата выдачи: 28 июля 2023 года

*Регистрационный номер лицензии  
на осуществление образовательной деятельности: № 20201*

*Номер и дата приказа (распоряжения) лицензирующего органа  
о предоставлении лицензии: № 230-ли от 11 марта 2021 г.*

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

Городжанова

Жанна

Владимировна

с 18 июля по 28 июля 2023 года  
прошел(а) повышение квалификации в

Центре онлайн-обучения Всероссийского форума  
«Педагоги России: инновации в образовании»  
по программе дополнительного профессионального образования

«Реализация музыкального образования и физического развития  
дошкольников с учетом требований ФОП ДО»

в объеме: 36 часов

М. П.

Руководитель

Секретарь



Пиджакова В.В. Директор  
Всероссийского форума «Педагоги  
России: инновации в образовании»  
Методист программ АНО ДПО  
«ЛингваНова» Кобелева Е.Г.

# СЕРТИФИКАТ

участника курса

Реализация музыкального образования и  
физического развития дошкольников  
с учетом требований ФОО ДО

*Тороджанова Жанна Владимировна*

ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КУРС: 36 ЧАСОВ

Директор Всероссийского Форума  
«Педагоги России: инновации в образовании»  
В. В. Пиджакова



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

# УДОСТОВЕРЕНИЕ

О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ

231201722444



Настоящее удостоверение получил (а) Городжанова Жанна

**Владимировна**  
(фамилия, имя, отчество)

в том, что он(а) с с 19 августа 2024 г. по 29 августа 2024 г.

повышал(а) свою квалификацию в  
**Негосударственном частном образовательном учреждении  
дополнительного профессионального образования  
«Учебный центр «Персонал-Ресурс»**  
по программе дополнительного профессионального образования  
повышения квалификации "Просвещение родителей (законных  
представителей) детей младшего, раннего и дошкольного возраста  
в дошкольной образовательной организации"

Удостоверение является документом  
о повышении квалификации



(наименование дополнительной профессиональной программы)

в объеме **72 часа(ов)**

(количество часов)

**Заместитель директора** И.В. Кабанова/

**Менеджер учебного отдела** Е.Ю. Пилипчук/

Регистрационный номер 24 843

Дата выдачи 29 августа 2024 г.