

МБОУ «СОШ № 8» г. Куса
Челябинской области

Музыка как терапия души

Автор проекта: Сергеев Сергей 7 «А» класса

Руководитель проекта: Сабурова Светлана Владимировна

Учитель музыки

2018 г



Содержание работы



□ I. Введение.....	3
□ II. Основная часть	
□ II.1 Влияние музыки на человека.....	7
□ II.2 Воздействие классической музыки.....	8
□ II.3 Воздействие современной музыки.....	9
□ II.4 Факторы воздействия музыки на человека.....	10
□ II.5 Лечебное воздействие музыкальных инструментов.....	11
□ II.6 Разработка и выпуск буклета «Музыкальная аптечка».	12
□ III. Заключение.....	13
□ IV. Список литературы (информационное обеспечение).	14

Цели и задачи

□ Цели

- 1. Изучение влияния музыки на эмоциональное состояние человека;
- 2. Разработка буклета «Музыкальная аптечка»



□ Задачи

- 1. Изучить литературу, интернет информацию по истории целебного воздействия музыки
- 2. Узнать, что такое музыкотерапия
- 3. Выяснить, что лежит в основе музыкального воздействия.
- 4. Разработать и выпустить буклет «Музыкальная аптечка»

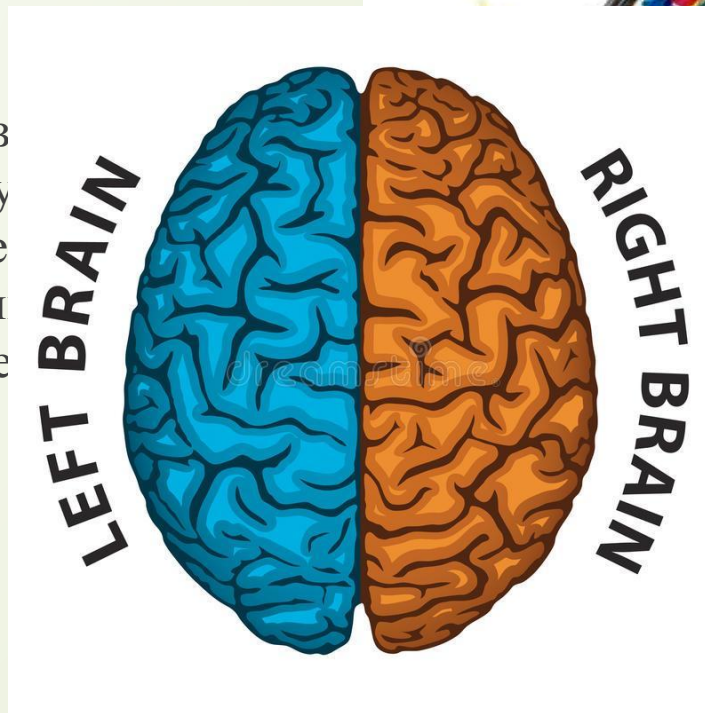
Введение

- Музыка является частью нашей жизни. Она имеет волшебную силу менять наше состояние.



Влияние музыки на человека

В первую очередь прослушивание музыки эмоциональное и чувственное восприятие, что дает импульс всей остальной действующей системе человека!



Влияние музыки на человека

Ритм марша

Чуть медленнее ритма спокойной работы человеческого сердца. Можно идти очень долго не испытывая усталости



Ритм во время

парадных шествий

- Более энергичный, оказывает мобилизующее и бодрящее действие



Воздействие классической музыки на состояние человека



Моцарт – один из
музыкальных гениев

Его музыку рекомендуют
больным гипертонией и она
уменьшает частоту депрессий



Воздействие классической музыки на состояние человека

Самые полезные музыкальные произведения П.И. Чайковского «Времена года». Именно эту музыку рекомендуют сердечникам как профилактическое и восстановительное средство.



Факторы воздействия музыки на состояние человека.

Понятие «Правильной» и «Здоровой» Музыки формируется из ритма и громкости.

Были сделаны выводы, что громким считается звук, когда он превышает 80% возможной громкости. Слушать музыку в такой громкости безопасно, если это делать не более 90 мин в день

А, прослушивание музыки в наушниках на 100% громкости может привести к глухоте



Лечебное воздействие музыкальных инструментов



Скрипка – лечит душу, успокаивает психику, помогает выйти на путь самопознания.



Барабан – Восстанавливает ритм сердца, лечит печень, приводит в порядок кровеносную систему.



Флейта – Лечит легкие и бронхи, благотворно действует на кровообращение



Струнные(Гитара, Скрипка)- Лучшие инструменты для «сердечников»

Бубны, барабаны, дудочки, рожки – Самые первые музыкальные инструменты, они считаются самыми лечебными



Заключение

Слушание музыки безопасно и полезно! К тому же не имеет противопоказаний.

В частности к вредной музыке отнесены панк – рок, тяжелый рок и хеви - металл



Информационное обеспечение

- Бегун А. «Музыкотерапия» - <http://www.begun.ru>.
- Белоусов В.В. «Лечение музыкой – музыкотерапия» http://zvann.narod.ru/aIS.html#id_03
- Лихолет Н. «Лечебные свойства музыки».
<http://zdd.1september.ru/2005/02/14.htm>
- Леви М. «Музыкальные инструменты и специфика их влияния на органы и системы человека».
http://www.liveinternet.ru/users/fancy_men/profile/
- [Семенова Г.Д. // «Академия Тринитаризма», М., Эл № 77-6567, публ.12943, 10.02.2006? http://www.trinitas.ru.](http://www.trinitas.ru)
- Собник Л. И. «Модифицированный восьмицветовой тест Люшера». «Речь». Санкт-Петербург. 2001
- Шопина Л. П. «Организация музыкальной среды детского оздоровительного лагеря». «Дополнительное образование и воспитание» №4, 2008 г.
- Шушарджан С.В. «Музыкотерапия и резервы человеческого организма». - М., 1998/
- «О воздействии музыки на человека» <http://domsovetof.ru/>.
- «Звукотерапия». [http:// www.homed.ru /](http://www.homed.ru/)
- Картинки предоставлены сервисом ЯНДЕКС.картинки