



**Методическая разработка
классного часа «Разговоры о важном»
«Музыка вокруг нас».**

Цель:

изучение воздействия различных стилей музыки на человека.

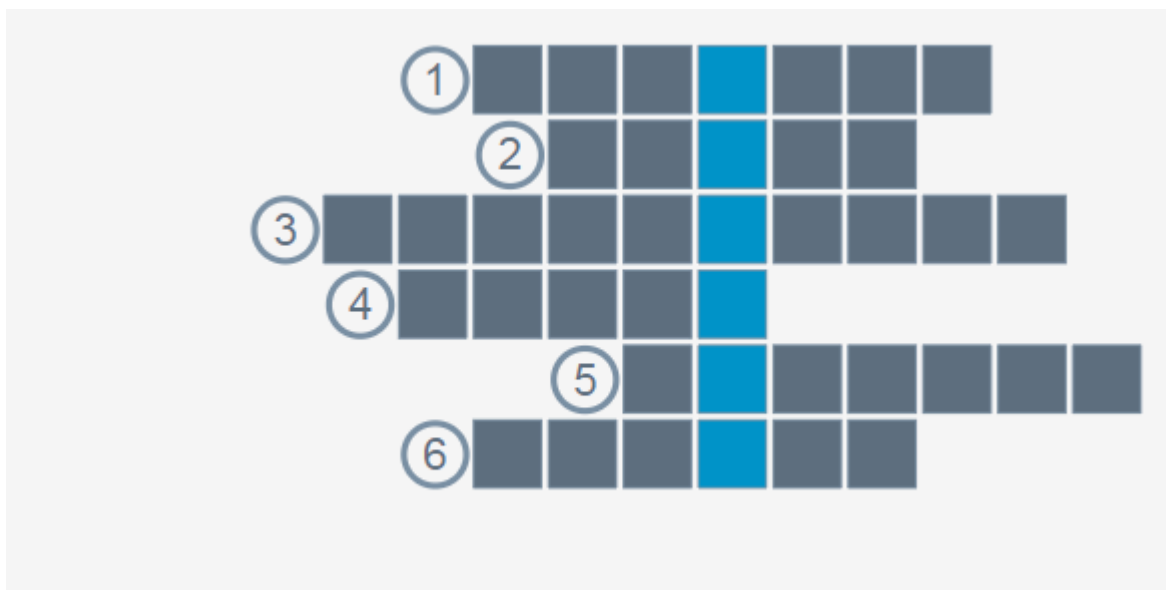
Задача:

доказать экспериментальным путем влияние музыки на человека в зависимости от стилей и направлений музыки;
выяснить, какое оказывает психоэмоциональное состояние музыка.

I. Организационный момент.

Здравствуйте ребята!!!

Сегодня у нас необычное занятие, а на какую тему мы сейчас узнаем, решив кроссворд .



МУЗЫКА.

Музыка — это просто, и мы часто воспринимаем её как должное, это одна из самых сложных и потрясающих вещей во всей вселенной. Основанная на математических принципах, музыка невероятна как минимум тем, что волны определённых частот в комбинации создают такие мелодии, которые оказывают на нас самое положительное воздействие. Можно с уверенностью сказать, что на свете нет ни одного человека, которого бы ни разу в жизни не затронула музыка.

Наш мир соткан из совершенства и несовершенства. Каждый человек волен выбирать, что ему ближе. И, все же, чтобы уберечь себя и нашу землю от разрушения, нужно наполнять окружающий мир прекрасным с помощью музыки, живописи и других видов искусства. И гармоническая музыка является особой защитой от многих бед, ибо ее звуки, проникающие всюду способны сделать мир прекраснее, а человека совершенней.

История возникновения музыки начинается порядка 50-ти тысяч лет назад.

Самым архаичным инструментом, существующим с древности и дошедшим до нашего времени, является флейта. Данный артефакт был обнаружен во время раскопок древнейших скульптур, возраст, которых датируется в 40 тысяч лет.

Самая старинная песня на сегодняшний день имеет возраст 2 тысячи лет. Она была зафиксирована на глинобитной табличке, обнаруженной при раскопках Нипура.

- Ребята, а как вы думаете влияет ли музыка на человека? Давайте проведем небольшой совместный эксперимент.

У нас на партах лежат пронумерованные листы бумаги, на которых вы нарисуете свое настроение после прослушивания музыкальных фрагментов. (Учитель выполняет рисунки вместе с детьми. На доске учитель размещает карточки с указанием данных музыкальных стилей).

Поп песня (размещается на доске– современная популярная песня певицы IOWA « Улыбайся». Мелодия заводная, танцевальная.

Нарисуйте на листе 1 ваши эмоции.

Народная песня – лирическая народная песня «Ой, то не вечер, то не вечер» в исполнении Пелагеи. Красивая и душевная песня в настоящем русском исполнении.

Нарисуйте на листе 2 ваши эмоции.

Классическая музыка (для контроля, без слов) – музыкальное произведение Бетховена «Лунная соната».

Нарисуйте на листе 3 ваши эмоции.

Рок-песня – «тяжелый рок» в исполнении немецкой группы Rammstein «Du Hast». Мелодия громкая, агрессивная. Слова резкие, выкрикиваются, на немецком языке.

Нарисуйте на листе 4 ваши эмоции.

Электро-музыка – электронная композиция диджеев DJ-Stylezz-amp-DJ-Rich-Art. Музыка быстрая, клубная с подбадривающими словами.

Нарисуйте на листе 5 ваши эмоции.

Ну как вам понравилось? Мне тоже .

Посмотрите на мои работы. Какому музыкальному отрывку соответствует каждый мой рисунок. (Дети пытаются определить соответствие .) Сравните свои работы с моими. (В цвете, в ширине линий, узор, сила нажатия и т.д)

Дети приходят к мнению, что в работах много общих элементов.

Ученые пришли к выводу : Музыка — самый могущественный источник энергий, которые влияют на **эмоциональный мир человека**. Бессмертные произведения великих композиторов Моцарта, Бетховена, Шуберта, Чайковского способны **активизировать энергетические процессы** организма и направлять их на его физическое оздоровление.

Музыка Моцарта феномен в области воздействия **музыки на живые организмы**. Существует такое понятие, как «эффект Моцарта»:

более внимательно слушают и эффективнее запоминают новый материал

- улучшает память и стимулирует мышление
- звуки укрепляют микроскопические мышцы среднего уха, улучшая слух
- обладает универсальным расслабляющим и успокоительным эффектом
- снимает головную боль, восстанавливает после стресса
- вызывает у детей прилив творческих сил, приводя к повышению деятельности на 40-50%.

Многие исследователи задались целью выяснить, как же влияет классическая музыка на **сознание, подсознание и здоровье детей**.

Итак, предлагаем вам ознакомиться с удивительными фактами о музыке, которые вы могли не знать.

Музыка действительно влияет на состояние нашего организма

Ваше сердце подстраивается под ритм музыки, которую вы слушаете.

К сожалению, мы не дождемся окончания самого продолжительного концерта

Самый длинный концерт за всю историю начался в 2001 году в церкви в немецком городе Хальберштадт — он должен завершиться в 2640 году и продлиться, таким образом, 639 лет

Музыка способна сделать нас счастливее

Музыка вызывает активность в той же части мозга, которая производит «гормон удовольствия» — допамин.

Музыка влияет не только на состояние людей

Коровы производят больше молока, если слушают расслабляющую музыку.

Колыбельные песни благоприятно воздействуют на ребенка: они успокаивают, создают комфортный эмоциональный фон, приводят в равновесие.

Композиции Вивальди, Бетховена (2-я часть 6-й симфонии), Брамса («Колыбельная»), Шуберта («Аве Мария»), Дебюсси («Свет луны») помогают избавиться от страха и излишней тревожности, вызывают ощущение безопасности.

Правильно подобранные классические произведения способны уменьшать раздражительность, нервное возбуждение и агрессивность. Поэтому классика часто используется в музыкотерапии.

Музыка улучшает память .

Математические способности .

Музыка развивает концентрацию внимания.

Влияет на эмоциональную восприимчивость .

Источник энергии, борец с усталостью . Жизнерадостная музыка может стать прекрасным способом подзарядиться энергией. Музыка эффективно устраняет усталость, от тяжелых физических упражнений и монотонной работой. Тем не менее, необходимо помнить, что слишком много поп или рок музыки скорее сделают Вас нервным, чем энергичным. Весь потенциал музыки еще неизвестен людям, но уже становится ясно, что музыка ***влияет на нас на уровне тела, мозга, эмоций и энергетики.*** Именно поэтому, необходимо очень внимательно относиться к тому, что Вы слушаете, как и к тому, что Вы едите.

Музыка улучшает производительность труда.

Музыка помогает бороться со стрессом.

Музыка успокаивает, расслабляет и помогает заснуть.

Животные тоже «слышат» музыку, активно реагируя на нее. Акулы, услышав классическую музыку, собираются вместе со всего океана.

Научно установлен факт, что и растения равнодушны к музыке и чутко реагируют на нее скоростью роста и плодоношением.

Учёные выяснили, что не только музыка, а и слова оказывают влияние на живые организмы: один текст оздоравливает, а другой травмирует.

Целительное воздействие музыки на организм человека было замечено еще на заре цивилизации. Слушая первые мелодии первых музыкальных инструментов — шаманских барабанов, трещоток и костяных флейт, человек осознал: музыка может многое, в том числе и лечить. Древние китайцы считали, что она избавляет порой от тех недугов, которые неподвластны врачам. Музыка усиливает любую радость, успокаивает любую печаль, изгоняет болезни, смягчает любую боль.

Практическая часть.

Предлагаю сегодня вам изготовить свой барабан из подручных средств.

Для этого нам понадобится: пустое майонезное ведро, оракал (цветная бумага), ножницы, карандаши и ваша фантазия.

Этапы: подготовка, изготовление, игра.



Я предлагаем вам слушать музыку на переменах, чтобы улучшить своё настроение и самочувствие.

Вывод: наше занятие доказало, что ***музыка разных музыкальных стилей по разному влияет на самочувствие, настроение и поведение*** человека. Врачи считают, что многие болезни начинаются из-за нервных расстройств, поэтому очень важно, чтобы ваше настроение всегда было отличным, а самочувствие - хорошим!

И в завершении прошу вас выразить своё впечатление от сегодняшнего занятия на вашем музыкальном инструменте! И на память дарю вам буклеты с рецептами музыкальных зарядок! До свидания!

Список использованной литературы:

1. Овчинникова Т. Музыка для здоровья. СПб.: Союз художников, 2004.
2. Петрушин В.И. Музыкальная психотерапия. «ВЛАДОС» Москва 1999

 Упражнения по музыкотерапии В лесу. Облачко (ритмопластика) Пчелка в цветке (Кинезитерапия) 	 Храбрец-удалец. (Кинезитерапия) Буратино-Игра на снятие стрессовых состояний. Волшебные ножницы. Протянуть звук «а-а-а» -помогает расслабиться. Протянуть звук «и-и-и» - стимулирует работоспособность мозга	 Снеговики (Психогимнастика на снятие стрессовых ситуаций)
--	--	---

Упражнения по музыкотерапии

В лесу. (Элементы музыкального моделирования и кинезитерапии)

Переживание эмоционального состояния. (тревожная музыка) Мы заблудились в лесу, кругом высокие деревья, колючие кусты, пни. Мы идем, высоко поднимая ноги, перешагивая высокую траву, кочки. Этап выхода из сложной ситуации, успокоения. (радостная музыка) Но вот мы видим впереди солнечную полянку. На ней мягкая зеленая травка, посередине чистое озеро. В траве растут цветы необычайной красоты, на деревьях сидят птицы, в траве стрекочут кузнечики. Ребенок садится на пол, и смотрит вокруг.

Эмоциональное расслабление. (спокойная музыка для релаксации) В озере тихо плещется вода, слышно как где-то журчит ручеек, щебечут птички, жужжат пчелки. Нас обдувает легкий теплый ветерок. Ребенок лежит на полу в удобной позе с закрытыми глазами.

Облачко (ритмопластика)

Упражнение хорошо проводить на воздухе.

Посмотри, какие облака плывут по небу. Это облачко похоже на великана, а это на лошадку. А давай и мы с тобой превратимся в белые пушистые облака. Вот подул легкий ветерок, и мы плывем, кружимся по небу вместе с ним. (легкая музыка Чайковского) От дуновения ветра форма облака меняется. Двигаться следует плавно, легко, совершая различные движения.

Пчелка в цветке (Кинезитерапия)

Пчелка летает по полянке. (Римский-Корсаков «Полет шмеля») Садится то на один цветок, то на другой. Ребенок имитирует полет пчелы, машет крылышками, садится на цветы (на диван, кресло, стул) Но вот

пчелка налеталась, устала и уснула на красивом цветке. Наступила ночь. (Брамс «Колыбельная») Накидываем на ребенка плотный платок. Наступило утро, взошло солнышко, пчелка проснулась и снова полетела с цветка на цветок. (Платок убираем, музыку меняем)

Храбрец-удалец. (Кинезитерапия)

Жил-был в лесу зайчик-трусишка. Всего вокруг боялся. Сидит под кустиком и трясется. (Ребенок имитирует поведение зайца.) Подует ветер-зайчик дрожит, захрустит ветка — заяц еще сильнее трясется. (музыка Шумана «Дед Мороз») Но вот надоело зайчишке бояться. Забрался он на пенек и кричит: «Я храбрец-удалец, никого я не боюсь!» (музыка Бетховен «Ода к радости»)

Вдруг на полянку вышел волк. (Игрушка из кукольного театра) Да так внезапно, что зайчонок всю храбрость растерял. Задрожал, как осиновый лист, прыгнул с пенка, да так неловко, что угодил прямо волку на спину. И пустился зайчишка наутек. (Сен-Санс «Заяц») Ребенок показывает, как заяц убегает.

А волк и на самом деле испугался зайца, который так неожиданно на него напал и убежал навсегда из этого леса. (музыка Бетховен «Ода к радости») Стали звери зайца расхваливать: «Молодец, Храбрец-удалец, прогнал волка, не испугался!» С тех пор заяц ничего не боится.

Буратино—Игра на снятие стрессовых состояний.

Взрослый говорит ребенку: «Сейчас ты будешь превращаться в Буратино»

Встань прямо, тело становится деревянным, как у Буратино.

Напряги плечи, руки, пальцы, они становятся деревянными.

Напрягаются ноги, пальцы на ногах, становятся деревянными.

Напрягается лицо и шея, лоб, сжимаются челюсти.

А теперь из Буратино ты снова превращаешься в мальчика (девочку).

Расслабляются все мышцы.

Волшебные ножницы.

Звучит музыка Шестаковича «Ленинградская симфония».

Взрослый предлагает ребенку нарисовать себя. Затем вокруг этого портрета наклеивает или рисует черные кляксы. Это страхи ребенка. Взрослый и ребенок обозначают каждый страх: «*Это темнота, это Баба-яга, это одиночество*» (музыка Моцарта) После этого ребенку предлагают вырезать свой портрет и наклеить на чистый лист бумаги. Взрослый дает ребенку заранее приготовленные цветные кружочки, которые обозначают родителей, близких ребенку людей, друзей. Он должен наклеить их рядом с портретом по своему усмотрению, называя каждого. А отрезанные кляксы ребенок рвет на мелкие кусочки и выбрасывает.

Снеговик. (Психогимнастика на снятие стрессовых ситуаций)

Взрослый предлагает ребенку превратиться в Снеговика. Встать прямо, руки в стороны, щеки надуть, замереть и оставаться в таком положении 10 секунд.

(музыка Шопена «Зимняя сказка») Но вот выглянуло солнышко, солнечные лучики дотянулись до Снеговика и он начал таять. Ребенок опускает руки, приседает, ложится на пол, расслабляется.

Хрустальная водичка

Ребенок приседает, складывает руки ковшиком и как будто-бы зачерпывает из ручья воду, потом поднимает

руки вверх и выливает воду на себя, потом, подпрыгивая на одной ноге, произносит протяжно «и-и-и», столь долго, сколько сможет. Одновременно звенит колокольчик, ребенок прислушивается и следит за звуком, пока тот не стихнет.

Как звучит

Ребенку предлагается показать, как он будет стучать по барабану, металлофону или использовать другой музыкальный инструмент, если ему грустно, весело, страшно.

Тонирование

Предложите ребенку пропеть звук «м-м-м», по времени столько, сколько сможет протянуть. Упражнение способствует снятию стресса и расслаблению.

Протянуть звук «а-а-а» -помогает быстро расслабиться.

Протянуть звук «и-и-и» -за несколько минут стимулирует работоспособность мозга, активизирует работу всех систем организма. Эти упражнения также способствуют развитию речевого дыхания и будет полезно для развития речи.

Чтобы нейтрализовать у ребенка такие чувства как неуверенность, тревога, страх предложите ему послушать произведения Рубинштейна, Шопена, вальсы Штрауса. Успокоиться поможет музыка Бетховена, Брамса, Шуберта. Чтобы снять напряжение в отношениях послушайте Баха. Повысить настроение поможет музыка Чайковского или Бетховена. А музыка Хачатуряна, Листа, Моцарта способствует поднятию жизненного тонуса. Для концентрации внимания используйте произведения Мендельсона, Дебюсси, Чайковского. Слушайте музыку вместе с ребенком, она поможет и вам улучшить свое эмоциональное состояние.