

Muzyka klasyczna w domu i w przedszkolu.



Oddziaływanie muzyki klasycznej na człowieka od dawna poddawane było badaniom naukowym.

Pierwsze wzmianki dotyczące pozytywnego wpływu muzyki na rozwój oraz zdrowie człowieka znajdują się już w *Państwie Platona* (wg Platona *rytm i harmonia najmocniej się czepia duszy przynosząc piękny wygląd*) i *Poetyce* Arystotelesa, (który pisze o jej oczyszczającej mocy). O wpływie muzyki na rozwój dzieci pisał również w swoich dziełach Jan Amos Komeński

(Jan Amos Komeński to czeski pedagog, filozof i reformator, który żył i tworzył w XVII w. Całe swoje życie poświęcił pedagogice – pisaniu podręczników, opracowywaniu nowych teorii i zagadnień dydaktycznych. Uznaje się go za twórcę jednolitego systemu nauczania, którym w jego opinii powinni zostać objęci wszyscy – bez względu na płeć i status społeczny)

w XVI wieku, twierdząc, że słuchanie muzyki i nauka łatwych piosenek kształtuje usposobienie dziecka.

Badania dowodzą, że już od szóstego miesiąca życia płód ludzki jest zdolny do przetwarzania dźwięku, który stymuluje również błędnik odpowiedzialny za właściwe napięcie mięśniowe, tak ważne dla prawidłowego rozwoju ruchowego dziecka. Podstawowym dźwiękiem, który dociera do płodu jest rytm bicia serca i pulsujący rytmicznie przepływ krwi w układzie krwionośnym matki. Rytm ten na zawsze pozostaje podstawą naszej potrzeby rytmu w muzyce i rozwoju języka. *Dziecko doświadcza pierwszych wrażeń związanych z rytmem już w życiu płodowym, poprzez wrażenia słuchowe, przewodnictwo kostne, wibrację, ale również poprzez silną stymulację przedśionkową w wyniku ruchów matki, a następnie swoich własnych. Kiedy rodzice kołyszą malutkie dzieci lub miarowo je poklepują, u dziecka zaczyna rozwijać się umiejętność wyczuwania i korzystania z rytmu.*

Prawie każdy z nas słyszał o tak zwanym „efekcie Mozarta” , ta teoria sugeruje, że dzieci, które w łonie mamy, czy po urodzeniu słuchały konkretnych utworów Mozarta, są mądrzejsze i lepiej się uczą.

Muzykę możemy podzielić na dwa rodzaje:

- ♪ Muzyka uspokajająco – relaksacyjna (może być łączona z dźwiękami natury)
 - ma korzystny wpływ na układ oddechowy (powoduje zwolnienie i pogłębienie oddechu)
 - zwalnia akcję serca
 - obniża ciśnienie tętnicze
 - zmniejsza napięcie mięśniowe
 - zwalnia przemianę materii
 - zwiększa wydalanie soku żołądkowego i poprawia perystaltykę jelit
 - wywołuje spokój ducha
 - redukuje poziom lęku
 - poprawia komunikację międzyludzką

- muzyka do ćwiczeń oddechowych zmniejsza opory w drogach oddechowych, jednocześnie dotleniając mózg
- sprzyja wykonywaniu ćwiczeń rozciągających mięśnie
- ułatwia wykonywanie spokojnego ruchu
- tworzy atmosferę dobrą do odpoczynku, relaksu i snu

♪ Muzyka aktywizująca (opiera się na biologicznym rytmie pracy serca 120/140 uderzeń na minutę)

- ma korzystny wpływ na układ oddechowy (powoduje zwolnienie i pogłębienie oddechu)
- zwalnia akcję serca
- obniża ciśnienie tętnicze
- zmniejsza napięcie mięśniowe
- zwalnia przemianę materii
- zwiększa wydalanie soku żołądkowego i poprawia perystaltykę jelit
- wywołuje spokój ducha
- redukuje poziom lęku
- poprawia komunikację międzyludzką
- muzyka do ćwiczeń oddechowych zmniejsza opory w drogach oddechowych, jednocześnie dotleniając mózg
- sprzyja wykonywaniu ćwiczeń rozciągających mięśnie
- ułatwia wykonywanie spokojnego ruchu
- tworzy atmosferę dobrą do odpoczynku, relaksu i snu

Jak można zauważyć muzyka żywa pobudza do działania i zmniejsza poczucie zmęczenia, a łagodna i radosna poprawia nastrój.

W jaki sposób można zatem wykorzystać działanie muzyki dla potrzeb dziecka? Zarówno nauczyciel jak i rodzic może wykorzystywać terapeutyczne działanie muzyki – prowadzące do wyciszenia i rozładowania emocji u malucha, np. podczas pobytu w domu rodzic może odtworzyć wybrany utwór z muzyki poważnej (pierwsza faza) i przeprowadzić z dzieckiem rozmowę : Czy wysłuchany utwór się mu podobał? Jaki był nastrój utworu? (wesoły , smutny) , Czy rozpoznaje jakiś instrument? (w zależności od wieku dziecka) ,

Jakie ma skojarzenia po wysłuchaniu utworu?

W drugiej fazie : Rodzic odtwarza ponownie ten sam utwór i prosi dziecko aby swobodnie przy nim się poruszało.

W trzeciej fazie (wyciszającej) : Rodzic odtwarza dany utwór jeszcze raz i prosi dziecko aby wygodnie położyło się na plecach i zamknęło oczy i aby spróbowało sobie coś wyobrazić.

Gdy utwór się skończy prosimy aby dziecko otworzyło oczy i opowiedziało, co podpowiedziało mu wyobraźnia. Jest to prosta zabawa, która pokazuje zbawienny wpływ muzyki klasycznej na małego człowieka, (zachęcam do sprawdzenia tej zabawy np.

z utworem muzycznym pt. „Marzenie” Roberta Schumanna).

Wspólne słuchanie muzyki z dzieckiem ma zatem same plusy: rodzina zacieśnia więzy poprzez spędzanie ze sobą czasu, dziecko natomiast poznaje instrumenty oraz ich brzmienie, uczy się różnych rodzajów melodii i tekstów – a dzieci mają fantastyczną pamięć i szybko odtwarzają piosenki. Dzięki słuchaniu i muzykowaniu w mózgu człowieka (również dorosłego) tworzą się nowe połączenia między neuronami, co owocuje łatwiejszym przyswajaniem informacji lub uczeniem się m.in. nowych języków czy matematyki.

Im więcej ćwiczymy nasze mózgi, (i naszych dzieci), poprzez zabawę z muzyką, tym więcej mamy połączeń neuronowych, które przydadzą nam się m.in. w starszym wieku, kiedy pamięć rówieśników będzie zawodzić ;) ¹



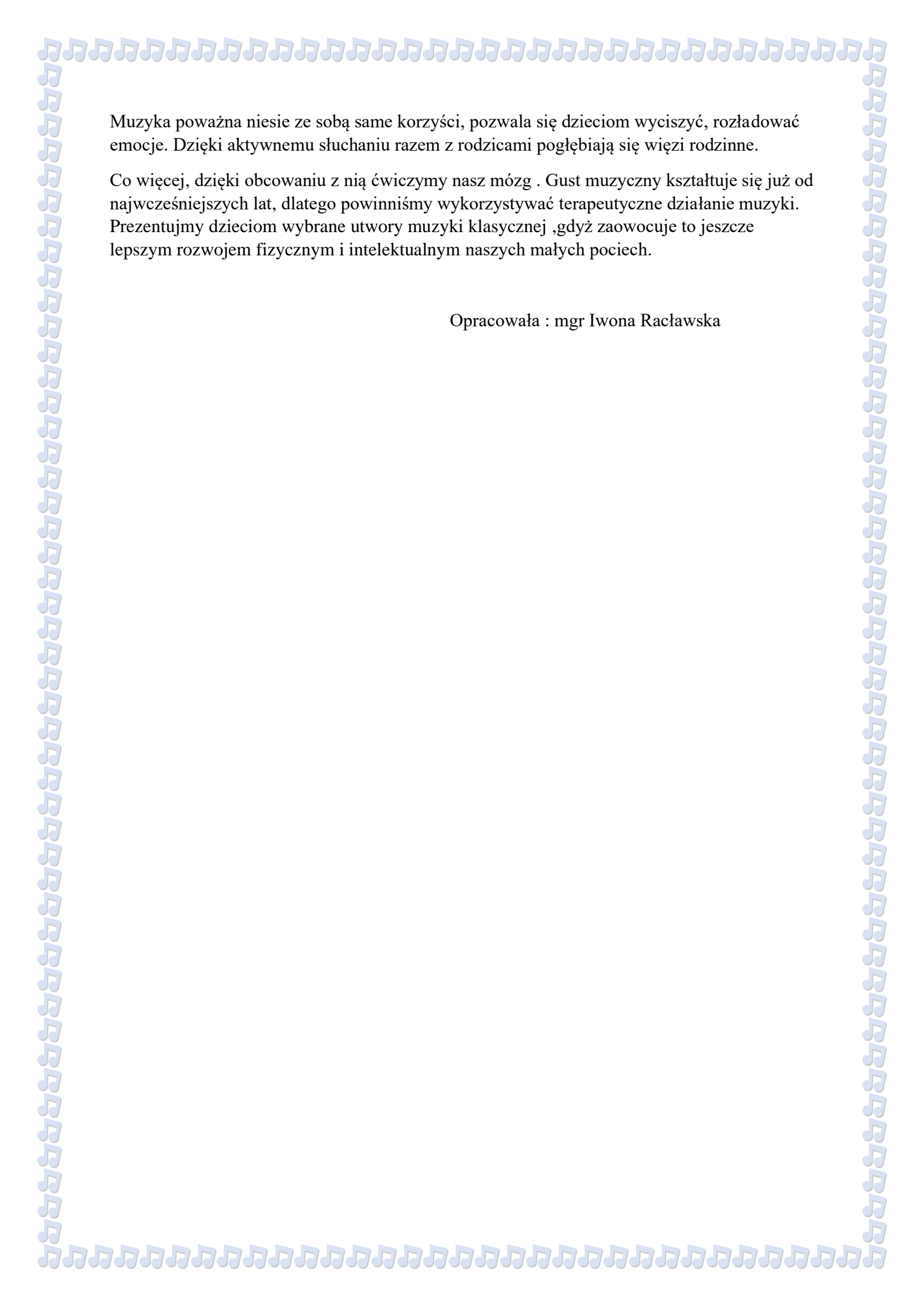
Obraz ze strony: <https://pl.pinterest.com/pin/149604018862059488/>

Podsumowując:

¹ Opracowanie na podstawie stron internetowych pt. „Dobra muzyka dla malucha, czyli jaka?” oraz „Kluczowa rola muzyki we wczesnym dzieciństwie”

<https://www.tatento.pl/a/1532/dobra-muzyka-dla-malucha-czyli-jaka>

<http://www.akademiakolberga.pl/project/kluczowa-rola-muzyki-we-wczesnym-dziecinstwie/>



Muzyka poważna niesie ze sobą same korzyści, pozwala się dzieciom wyciszyć, rozładować emocje. Dzięki aktywnemu słuchaniu razem z rodzicami pogłębiają się więzi rodzinne.

Co więcej, dzięki obcowaniu z nią ćwiczymy nasz mózg . Gust muzyczny kształtuje się już od najwcześniejszych lat, dlatego powinniśmy wykorzystywać terapeutyczne działanie muzyki. Prezentujmy dzieciom wybrane utwory muzyki klasycznej ,gdyż zaowocuje to jeszcze lepszym rozwojem fizycznym i intelektualnym naszych małych pociech.

Opracowała : mgr Iwona Raćławska