

Воркшоп «Слушаем музыку и развиваем у детей эмоциональный интеллект»

*Модератор:
Гороховицкая Анна Валентиновна,
учитель музыки*



Влияние музыки на сознание человека очень велико. Доказано, что музыка способствует повышению эмоциональной активности. Восприятие музыки тесно связано с умственными процессами, то есть требует внимания, наблюдательности, сообразительности. На нас влияют основные составляющие музыки: ритм, мелодия, гармония, тембр.

Благодаря этим составляющим музыка - это лекарство, которое слушают. Музыка – ежедневный спутник нашей жизни и эффективное средство в регуляции эмоционального состояния человека. Музыка способна создать и поддержать нужное настроение. Она может умиротворять, расслаблять, активизировать, облегчать печаль, вселять надежду, придавать силу.

Мы воспринимаем музыку через звук, он мобилизует нейроны и приводит к возникновению четких ощущений, а вместе с тем и реакции на ощущение в виде эмоций и чувств.



Таким образом, механизм воздействия музыки может выглядеть примерно так:

- звук воспринимается ушами;
- превращается в нервные импульсы, т.е. в цифровую информацию, понятную мозгу;
- информация попадает в центральные отделы мозга, ответственные за эмоции и биоритмы, тем самым вызывая у нас различные состояния эмоций.

Грамотное и направленное моделирование эмоций средствами музыки, способно изменить нежелательный шаблон синхронизации. Такие методы позволяют оказывать влияние на здоровье всех функций организма человека.

Так как же музыка помогает развивать эмоциональный интеллект?

Различные эмоциональные состояния, возможно выявить с помощью составляющих: темп – лад.

1. Медленный темп + минорная окраска = настроения задумчивые, печальные, грустные, унылые, скорбные, трагичные.

2. Медленный темп + мажорная окраска = характер музыкальных произведений созерцательный, спокойный, уравновешенный.

3. Быстрый темп + минорная окраска = характер музыкальных произведений напряженно-драматический, взволнованный, страстный, протестующий, мятежный.

4. Быстрый темп + мажорная окраска = музыка радостная, жизнеутверждающая, веселая, ликующая.



Развивать эмоциональный интеллект можно с помощью:

- слушания музыки;
- исполнения;
- сочинения;
- музыкальных игр.

Слушание музыки

Музыка не должна идти фоном. Лучше полностью сосредоточиться только на прослушивании, попытаться как можно больше пропустить через себя эмоций мелодии.

Эмоции в музыке соответствуют эмоциям в голосе. Поэтому мы лучше научимся «слышать» людей в процессе восприятия музыкальных образов. После завершения слушания музыкального произведения человек возвращается в зону своих эмоций, но уже в какой-то степени обогащенной. Чем эмоционально богаче произведение, тем оно полезнее.

Исполнение

Научиться более качественно интерпретировать чувства других, способствует прослушивание. А донести свои эмоции – исполнение:

- пение;
- игра на различных музыкальных инструментах.

Сочинение

Мы чувствуем, как эмоция усиливается под воздействием музыки, это ее прямое назначение.

Сочинение музыки - это процесс самовыражения. При сочинении мы проецируем переживаемый нами опыт и наши эмоции в музыку.

Музыкальные игры

Наиболее эффективно развивается эмоциональный интеллект средствами музыкальных игр, а игра – это действие, которое в результате обучает поведению в различных ситуациях, адекватному выражению эмоций.

Самое лучшее влияние на человека оказывает классическая музыка. Больше всего разговоров ведется вокруг творений таких признанных гениев как Вивальди, Моцарт, Бетховен, Чайковский, Шуберт, Григ, Дебюсси и Шуман.

Принято считать, что музыка Моцарта способствует быстрому усваиванию информации и влияет на умственную работоспособность.

Танцевальные произведения Штрауса, Кальмана и Легара формируют оптимизм.

Слушание концертов для фортепиано с оркестром Шопена делает отношение окружающему миру более позитивным и радостным.

Музыка Баха понижает негативные чувства злобы и обиды.

Произведения Моцарта, Чайковского и Бетховена помогают бороться с раздражительностью.

Рекомендуем классические произведения для слушания с детьми:

И. Альбенис «Испанская сюита»;
И.С. Бах «Хорошо темперированный клавир», ч. 1;
Бах-Гуно «Аве Мария»
Л. Бетховен «К Элизе»
Л. Бетховен Соната № 14 («Лунная»);
А. Вивальди «Времена года»;
В. Гендель Сюита «Музыка на воде»;
К. Дебюсси «Маленькая сюита»;
В.А. Моцарт «Маленькая ночная серенада»;
В.А. Моцарт «Турецкий марш»;
В.А. Моцарт Сонаты;
М. Мусоргский Скерцо си-бемоль мажор;
Ш. Сен-Санс «Лебедь»;
П.И. Чайковский «Времена года», «На тройке»;
П.И. Чайковский Вальс из балета «Спящая красавица»;
П. Чайковский Танец флейт из балета «Щелкунчик»;
П. Чайковский Детский альбом;
Ф. Шопен Ноктюрн №2;
И. Штраус Вальсы.



А как с помощью музыки можно еще развивать эмоциональный интеллект у детей?