

Музыкальные инструменты и здоровье

Шпаргалка для родителей



Составила: **музыкальный руководитель**
В.М. Слободчикова

Звуки различных инструментов по разному влияют на организм человека.

Звучание ударных инструментов способно дать ощущение устойчивости, уверенности в будущем, физически взбодрить, придать человеку силы.



восстанавливают ритм сердца, лечат печень, приводят в порядок кровеносную систему;



Духовые инструменты влияют на формирование эмоциональной сферы.

ФЛЕЙТА – действует расслабляюще, очищает, лечит легкие и бронхи, благотворно воздействует на кровообращение;



Медно-духовые мгновенно пробуждают человека ото сна, делают его бодрым и активным.

Интеллектуальной сфере соответствует музыка, исполняемая клавишными инструментами, особенно фортепианная.



Неслучайно звучание рояля называют самой математической музыкой, а пианистов относят к музыкальной элите, которая обладает четким мышлением и очень хорошей памятью



Струнные инструменты прямо воздействуют на сердце.



Они, особенно скрипки, виолончели и гитары, развивают в человеке чувство сострадания.



**ВИОЛОНЧЕЛЬ –
лечит сердце,
благоприятно
действует на
почки;**

**Вокальная музыка
влияет на весь организм, но
больше всего на горло.**



**На музыку реагирует и
температура тела. Громкая
музыка с сильными ритмами
может повысить температуру
на несколько градусов и
согреть в холод, в то время
как мягкая музыка способна
«охладить» нас**



ГАРМОНЬ,



БАЯН,



АККОРДЕОН

ОРГАН –

проводник энергии “Космос – Земля – Космос”; приводит в порядок ум, гармонизирует энергетический поток в позвоночнике;

– активизируют работу всей брюшной полости;

Также выявлено наиболее благоприятное время суток для воздействия музыкальной терапией на определённые органы (системы) человеческого организма:

Печень - Флейта - 01.00 - 03.00

Легкие - Арфа - 03.00 - 05.00

Толстый кишечник - Губная гармонь - 05.00 - 07.00

Желудок - Клавишные инструменты - 07.00 - 09.00

Поджелудочная железа - Труба - 09.00 - 11.00

Сердце - Гитара - 11.00 - 13.00

Тонкий кишечник - Скрипка - 13.00 - 15.00

Почки - Саксофон - 17.00 - 19.00

Позвоночник - Барабан - 19.00 - 23.00

Желчный пузырь - Гобой - 23.00 - 01.00