

Звукотерапия – лечение ЗВУКОМ

- Звукотерапия – это область медицины, которая основывает свой лечебный эффект на воздействии звуков и вибраций, исходящих от человеческого голоса, музыкальных инструментов, природных явлений.



Музыкотерапия



Духовная, религиозная музыка восстанавливает душевное равновесие, дарит чувство покоя. Если сравнивать музыку с лекарствами, то религиозная музыка – анальгетик в мире звуков, она облегчает боль.



Эффект Моцарта



Произведения Моцарта универсальны: они рекомендуются для снятия стресса, эффективного усвоения учебного материала, от головной боли, а также во время восстановительного периода, например, после экстремальных ситуаций. Причем лечебным эффектом обладают все произведения Моцарта. Это явление получило название: эффект Моцарта.



Влияние музыки на развитие плода



Исследования врачей доказали, что уже на пятом месяце беременности ребенок слышит и различает звуки. Он может реагировать на громкость и ритм мелодии. Она может ему нравиться или нет.

- Дети матерей, которые на двадцать восьмой - тридцать шестой неделях беременности слушали музыку, быстрее других начинают реагировать на звуки, узнавать мелодии. У них лучше развита память.
- Также доказано, что малыши узнают, активнее реагируют и предпочитают ту музыку, которую они "слышали" до рождения, будучи в утробе матери.



Интересные факты:

- От темпа звучания музыки будет зависеть ваше состояние:

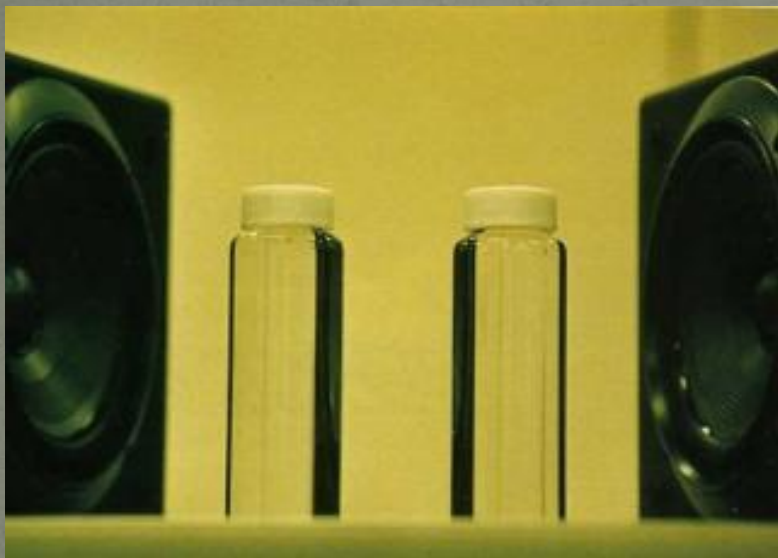
если композиции более спокойные – человек расслабляется, в большинстве случаев засыпает;

если же музыка наоборот быстрая – появляется желание потанцевать, чувствуется прилив новых сил.

- Пение очень полезно для здоровья



Интересные факты



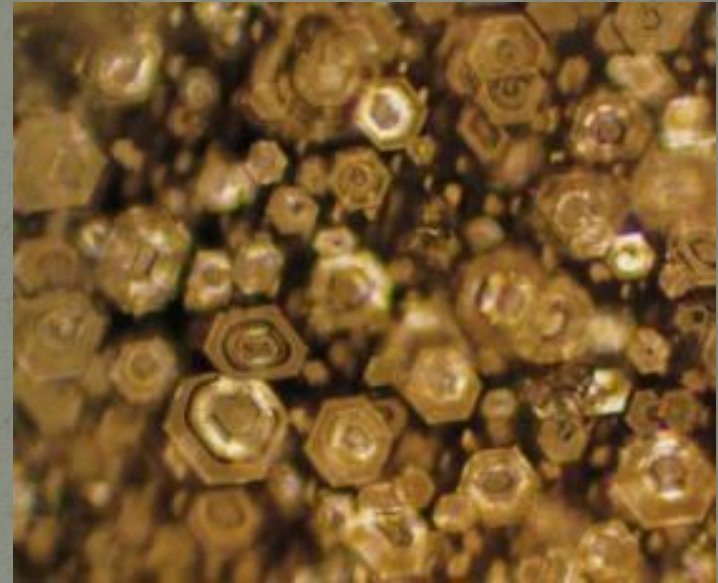
На фотографии показан опыт где воде дают слушать музыку, снизу фотография - кристаллы, замороженные после прослушивания музыки Бетховена, одной из его самых известных симфоний. Это яркая, радостная музыкальная история. И этот красивый кристалл доказывает тот факт, что хорошая музыка позитивно влияет на воду.



Интересные эксперименты

Фотография справа - кристаллы, замороженные после прослушивания 'Прощальной Песни' Шопена.

Основная форма кристалла почти идеально разделена на маленькие частицы, которые 'отделились' друг от друга. И это, несмотря на то, что увеличительная сила микроскопа оставалась такой же, как и на других фотографиях.



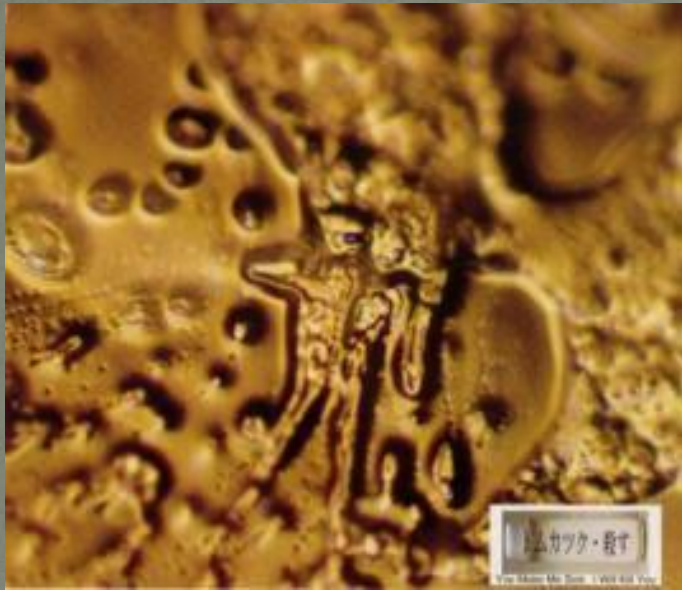
Интересные эксперименты



Дистиллированная вода,
получающая
электромагнитные волны
'Любовь, Благодарность'.

Вода показывает невероятную способность
улавливать определенные послания,
спрятанные за поверхностными формами или
даже отличать их моральный уровень.

Интересные эксперименты



В следующем эксперименте приняла участие вода. Слова, сказанные воде, были следующими: *'Ты надоела мне. Я убью тебя'*.

Это слова, которые молодые люди часто используют в повседневной жизни. Постепенно форма воды стала уродливой. Кристаллы стали искаженными и рассеянными. Это действительно было видимым образом слов: *'Ты надоела мне'* и *'Я убью тебя'*. То, что мы живем в мире, в котором подобные слова часто используются, действительно пугает.

Что же происходит с человеческим организмом, который на 70% состоит из воды?

Интересные эксперименты

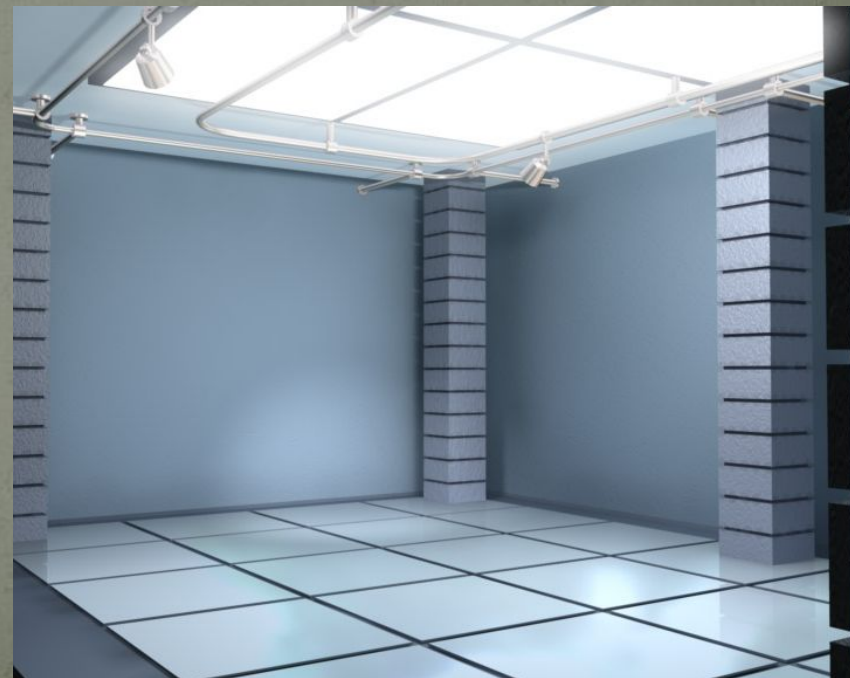


Интересный эксперимент проводился с рисом, которому каждый день говорил две фразы: 'Спасибо' и 'Ты - дурак'. В этом эксперименте в два одинаковых контейнера поместили вареный рис.

В результате, рис, которому говорили 'спасибо', хорошо бродил, и имел приятный аромат бродившего риса. Другой контейнер с рисом, которому говорили 'ты - дурак', стал черным и сгнил, его запах был крайне отвратительным.

Тишина или шум

- В настоящее время ученые во многих странах мира ведут различные исследования с целью выяснения влияния шума на здоровье человека. Их исследования показали, что шум наносит ощутимый вред здоровью человека, но и абсолютная тишина пугает и угнетает его.



Полностью оградить себя от шума невозможно, но мы можем сами уменьшить его влияние на себя и окружающих. Для этого нужно слушая любимого исполнителя, не включать его диск на полную мощность; громко не выражать свои эмоции; следить за своей речью; не ставить свою машину с включенной сигнализацией под окно соседу. И тогда, возможно, выйдя на улицу, мы услышим пенье птиц и вопрос обращающегося к нам человека.





Знаете ли вы?

Самолёт, летящий со сверхзвуковой скоростью, обгоняет создаваемые им звуки. Эти звуковые волны сливаются в одну ударную волну. Достигая поверхности земли, ударная волна выбивает стёкла, разрушает постройки, оглушает.

- Звук издаваемый синим китом громче, чем звук выстрела рядом стоящего тяжелого орудия, или громче, чем звук стартующей ракеты.
- При прохождении метеоритами атмосферы Земли возбуждается ударная волна, скорость которой в сто раз выше звуковой, при этом возникает резкий звук, похожий на звук рвущейся материи.
- При умелом ударе кнутом вдоль него образуется мощная волна, скорость распространения которой на кончике кнута может достигать огромных значений! В результате возникает мощная ударная звуковая волна, сравнимая со звуком выстрела.

Это интересно!

В английском замке Вудсток эхо отчетливо повторяется 17 раз. В итальянском замке близ Милана сказанное слово повторяется эхом 30 раз! Это объясняется своеобразной конфигурацией стен замка и их малым звукопоглощением.

- На Руси еще в 10-12 вв. при строительстве церквей для снижения гулкости помещений применялись особые звукопоглощающие конструкции – так называемые голосники – глиняные сосуды, встроенные в стены. Звук, пройдя через эти сосуды, быстро затухал, благодаря чему уменьшалось отражение от стен и улучшалась разборчивость речи
- В природе существуют так называемые вихревые звуки: свист ветра в проводах, ветвях деревьев; завывание в трубах, в расщелинах и узких оврагах. В Древнем Китае существовал обычай выпускать голубей с привязанными к их хвостам маленькими бамбуковыми трубочками. Воздушный поток, проходящий через трубочку, вызывает нежное посвистывание.

Вот это да-а !

Обнаружили, что когда растению становится трудно добывать воду из пересохшей почвы, стебель растения начинает издавать ультразвуковые шумы. Присоединив к стеблям специальные микрофоны, можно уловить эти шумы и включать поливальные установки только тогда, когда сами растения этого требуют

- Звук храпа может достигать 69 децибел, что сравнимо со звуком отбойного молотка.
- Самый громкий шум, полученный в лабораторных условиях, был равен 210 дБ. Он был получен за счёт отражения звука железобетонным испытательным стендом, предназначенным для испытаний ракеты в Центре космических полётов США, в 1965 г. Звуковой волной такой силы можно было бы сверлить отверстия в твёрдых материалах. Шум был слышен в пределах 161 км.

- Кстати! Насколько мощный разрушительный эффект имеет шум, можно проверить на братьях наших меньших. К примеру, звук от пролетающего реактивного самолета угнетающе действует на пчелу, она теряет способность ориентироваться. Этот же шум убивает личинки пчел.



Что за звуки?

● 1. 

● 2. 

● 3. 

● 4. 

● 5. 

● 6. 

● 7. 

● 8. 

● 9. 

Рекомендации

- Стараться не шуметь на уроках, переменах;
- Заботиться о снижении бытового шума и обеспечении тишины в квартирах, особенно в часы, отведенные для отдыха (с 23 до 7 ч);
- При выполнении шумной работы, через каждый час-полтора делать 10 минутный перерыв и прослушивать успокаивающую музыку.;
- Следить за разговорной речью: не кричать, не повышать голос;
- Проходить регулярное медицинское обследование;
- Создавать «зелёный барьер» вокруг зданий;
- Предпочтение отдавать отдыху на природе, а не дискотеке;
- Применять средства защиты от шумов

Результаты исследования :

Для изучения степени влияния шума были опрошены 56 обучающихся 1 и 2 курса, возрастной диапазон от 16 до 22 лет, средний возраст 17 лет.

Были предложены следующие вопросы:

2. Включаете ли вы музыку, когда готовитесь к занятиям?
3. Можете ли вы заснуть под громкий шум?
4. Слушаете ли вы музыку через наушники?
5. Раздражает ли вас шум?
6. Какую музыку предпочитаете?
7. Ваши успехи в учёбе?
8. Определение остроты слуха.

Результаты опроса:

Готовясь к занятиям:

- включают музыку – 20 чел.(35.7%);

- не включают – 15 чел. (26.7%).

- иногда- 21 чел.(37.5%)

Могут заснуть под шум – 21 чел. (37,5%);

- не могут заснуть – 12 чел. (21.4%)

- иногда- 23чел.(41%)

Слушают музыку через наушники – 48 чел. (85,7%)

-не слушают через наушники -2 чел. (3.6%)

- иногда – 6 чел. (10,7%)

Шум:

- раздражает – 22 чел. (39,2%);

- не раздражает – 11 чел. (19,6%)

- иногда -23 чел.(41%)

Вопрос по музыкальному предпочтению у многих вызвал затруднение; чаще слушают реп-, рок- и поп-музыку.

Определить остроту слуха согласились 39 человек (69, 6%);(15-20см удовлетворительно, 5см-тугоухость).

-средняя величина остроты слуха у слушающих музыку через наушники-13,6

-у тех,кто не использует наушники-23.8

-средняя величина остроты слуха у имеющих удовлетворительные оценки – 14,6см

-средняя величина остроты слуха только среди хорошистов- 23,7 см

Выводы:

- Большинство студентов слушают музыку при выполнении заданий; слушают в наушниках. Это нарушает остроту слуха (средний показатель - 17, 1, что близко к нижней границе удовлетворительного слуха), снижает успешность обучения. Мы зависимы от звука: шум раздражает, мешает засыпать.
- Важно, чтобы мы сами осознавали необходимость соблюдения тишины во время урока и на переменах. Конечно, требовать абсолютной тишины во время перемен не разумно, но относительного спокойствия все же можно добиться. А вот отсутствие шума на уроках - явление крайне необходимое. Так легче работать и сами студенты смогут лучше сосредоточиться.



**Спасибо за
внимание!**