Есть внутренняя музыка души...

Она как память о полузабытом,

Она как дальний шум.

Не заглуши

Ее годами, буднями и бытом!

**Е. Винокуров**

Наше общество находится в такой стадии, когда понятие искусства – уходит. Вообще, понятия хорошей живописи, хороших стихов, хорошей прозы, литературы – это вроде бы удел таких странных людей, которые сами себе чего-то там хотят и занимаются этим. Жаль, потому что искусство – это не какая-то узкая область, а вообще работа **с духом человека, его душой.**
В связи с большой эмоциональной напряженностью профессиональной деятельности педагога, нестандартностью педагогических ситуаций, ответственностью и сложностью профессионального труда учителя, увеличивается риск развития **синдрома эмоционального выгорания.**

 Психологическое здоровье педагогов является необходимым условием здоровья детей. Нездоровый учитель не может обеспечить детям необходимый уровень внимания, индивидуальный подход, не может заниматься воспитанием культуры их здоровья, так как в этой работе необходим личный пример.

И вот тут в помощь педагогу может прийти **совместная работа с музыкальной школой** – посредством восприятия музыки, который обеспечивает выход человека из отрицательных переживаний, способствует наполнению его положительными эмоциями, корректирует эмоциональное состояние, устраняет страхи, психосоматические заболевания.

**Для настоящей музыки нет ничего невозможного! Необходимо лишь желать ее слушать и уметь слышать.** Лечебное применение музыки имеет тысячелетнюю историю. Музыка состоит из отдельных звуков. И многие музыкальные звуки, например, колокольный звон или созвучия, или последовательности звуков обладают чудесным оздоравливающим воздействием.

 Согласно проведенным исследованиям, каждый музыкальный инструмент действует на человеческий организм по-своему: **звуки фортепиано и скрипки** прекрасно **успокаивают нервную систему**, **флейта** обладает **ярко выраженным расслабляющим действием**, а при звуках **кларнета** меняется кровообращение. **Целебной силой** обладают и музыкальные произведения В.А. Моцарта, Л. Бетховена, И.С. Баха, А. Вивальди, П.И. Чайковского, активизирующие энергетические процессы организма и направляющие их на его физическое оздоровление при различных заболеваниях.

**Тональность, темп, ритм, динамика музыкального произведения** – ключевые средства, помогающие регулировать, **развивать эмоциональную сферу личности**. обладают чудесным оздоравливающим воздействием.

На уроках мне помогает **музыка** — это в немалой степени ловкость пальцев. Сигналы, поступающие от рук, стимулируют весь головной мозг. **Речь улучшается, становится более внятной и толковой.**

Чтение с листа требует постоянного неослабевающего внимания. Сыграть по нотам простую пьесу — это не меньший труд, чем прочитать текст в самом начале **обучения грамоте.** Чтение утомило, ребенок сел играть по нотам и в этих разных делах получил удвоенную **тренировку способностей к распределению внимания и волевым усилиям.**

Особенно хорошо дело идет в том случае, если музыкой с ребенком занимается добрый увлеченный педагог с богатым воображением.

В индивидуальных занятиях можно серьезно корректировать учебные навыки, и, побыв некоторое время в музыкальной сказке, ребенок идет в общеобразовательную школу с новыми качествами, приводящими к неожиданным успехам. А успех повышает общую жизненную энергию.

Например, на уроках, занятиях с высокой умственной нагрузкой и малой подвижностью следует использовать физкультминутки. Использование композиций на основе **мажорной**, быстрой, веселой музыки позволяет поднять настроение детей, активизировать их внимание, **минор** же, наоборот, помогает расслабиться, успокоиться. Можно спросить у детей: «Комфортно ли мне работать, какие чувства испытываю сейчас на занятии?» Затем включить музыкальный фрагмент.

Необходимо создавать в **образовательных учреждениях сенсорные комнаты:** спокойная цветовая гамма обстановки, приятная музыка, с использованием записей шума дождя, моря, звуков леса, пения птиц – это особенно полезно для людей с артериальным давлением.

**Таким образом, искусство развивает и воспитывает, позволяет разобраться в жизни и понять самого себя.** Все это в целом положительно сказывается на психоэмоциональном состоянии человека и способствует снижению эмоционального выгорания.

Кондратьева Т. Н.