Какая музыка способствует запоминанию и хорошему обучению

**Идеальным помощником человека для улучшения мышления, памяти, концентрации внимания считается классическая музыка.** Ее благотворное влияние отмечается и на развитие интеллекта ребенка еще в раннем возрасте.

Ученые также выяснили, что если, например, водитель слушает за рулем музыку, воздействующую на левое полушарие мозга, то его внимательность значительно снижается. Музыка же, влияющая на правое полушарие, наоборот, помогает водителю сосредоточиться и более внимательно следить за дорогой. В данном примере показано воздействие медитативной и классической музыки на человека.

**Если необходимо улучшить процесс запоминания информации, увеличить до максимума концентрацию внимания, то без всяких сомнений можно наслаждаться музыкой Моцарта и Гайдна, ведь их произведения отличаются особой мелодичностью и гармонией.** Неоспоримо положительное влияние классической музыки на интеллект человека и мозг, при этом наблюдается значительное улучшение памяти и ускорение обучения.

Неврологи уверены в положительном влиянии классической музыки на концентрацию внимания, поэтому эта музыка идеально подходит для библиотечных читальных залов. Тихое звучание музыки дает возможность улучшить процесс запоминания и обработки информации, таким образом сокращается время для достижения желаемых результатов. **Увеличить концентрацию внимания поможет музыка таких композиторов, как: Чайковский, Мендельсон, Дебюсси.**

Из всего выше сказанного следует, что классическая музыка эпохи барокко способствует запоминанию, благотворно влияет на концентрацию внимания, а также на другие интеллектуальные процессы.

Как утверждают ученые, не только классическая, но и поп-музыка является хорошим помощником в обучении. Необходимо только владеть информацией о том, какая музыка в чем помогает.

Психолог Эмма Грэй уверена в том, что поп-музыка способствует активизации памяти и более быстрому запоминанию новой информации. Наблюдения Грэй показали, что эмоциональные песни, например, Джастин Тимберлейк и Кэти Перри вызывают у слушателей душевное волнение, которое положительно влияет на способности человека изучать иностранный язык и проявлять себя в разных видах искусства. Прослушивание же студентами классической музыки во время подготовки к сдаче экзамена по математике существенно влияет на качество и быстроту запоминания материала. Эти студенты имеют при сдаче экзамена результат на 12 % лучший, чем студенты, которые не слушали классическую музыку. **Психолог объясняет этот факт тем, что разные стили музыки влияют на разные участки головного мозга, поэтому классика нужна для точных наук, поп-музыка — для гуманитарных.**

Другим вариантом применения музыки для улучшения памяти является прослушивание ее до начала занятий или предстоящей сложной умственной деятельности. **В этом случае музыка отлично снимает стресс, накопившуюся усталость, расслабляет тело, но одновременно делает разум ясным.**

Что такое «эффект Моцарта»?

В последнее время часто упоминается об «эффекте Моцарта». **Суть его заключается в том, что музыке Моцарта под силу существенно улучшить умственные способности любого человека.**

Чтобы доказать это утверждение, часто ссылаются на пример из жизни известного артиста французского кино Жерара Депардье. Когда Жерар приехал в столицу Франции, желая овладеть профессией артиста, он заикался, а также имел плохую память. Депардье обращается к врачу, который использовал новые прогрессивные методы лечения. Доктор советует Жерару Депардье каждый день нескольких часов посвящать прослушиванию музыки Моцарта. Будущий артист не пренебрег советами доктора, и результат не заставил себя долго ждать: заикание прошло, проблема запоминания исчезла. Однако следует помнить, что музыка Моцарта не является единственным вариантом решения проблемы улучшения памяти. Человек должен слушать те ритмы, которые не вызывают раздражения. Только таким образом можно получить желаемый результат.

Есть и другие методы применения музыки для существенного улучшения памяти. **Можно заниматься умственной работой, при этом включив негромкую приятную музыку.** Если прослушивать одну и ту же музыку некоторое время, то вскоре выработается условный рефлекс: головной мозг и память во время звучания знакомых звуков автоматически будут настраиваться на рабочий лад. Кроме этого, можно наговорить поверх звучания музыки ту информацию, которую необходимо запомнить. Прослушивать такую мелодию с текстом для хорошего эффекта желательно перед сном.

Материал взят: http://pamyatplus.ru/zapominanie/muzyka.html