



## **Занятия музыкой в детстве развивают память и интеллект на всю жизнь**

Будь то пение или игра на гитаре, занятие музыкой — один из лучших способов стимулировать юный интеллект. Даже если ребенок бросит уроки музыки, когда станет подростком, раннее развитие музыкальных способностей принесёт ему пользу на всю жизнь. Музыка помогает детям лучше читать, запоминать информацию и говорить на разных языках.

Исследование, проведённое в январе 2021 года в Цюрихском университете и опубликованное в The Journal of Neuroscience, показало, что развитию навыков и умственных способностей помогает обучение детей музыке. Учёные провели магнитно-резонансную томографию и диффузионную тензорную визуализацию мозга 103 музыкантов и 50 людей, которые никогда не занимались музыкой.

В резюме исследования объясняется, что мозг музыкантов более структурно и функционально связан, особенно в областях, которые ответственны за речь и обработку звука (слуховая кора обоих полушарий). Занятия музыкой повышают нейропластичность, улучшая способность обучаться и другим навыкам.

Музыканты продемонстрировали более сильные связи слуховой коры с другими областями мозга в лобной, теменной и височной долях, которые участвуют в контроле высших когнитивных функций, таких как память, рабочая память и исполнительные функции.

Уровень развития умственных способностей и функциональности сохраняется, даже если ребенок перестаёт заниматься музыкой. «Чем раньше музыканты начинали заниматься музыкой, тем сильнее были эти связи», — сказал профессор Саймон Лейпольд, соавтор исследования.

У музыкального опыта может быть «эффeкт переноса» на другие области, такие как изучение языков или интеллект, добавил Лейпольд. При этом занятия музыкой не единственное, что может развить мозг. Это также могут быть балет, гольф и шахматы. Освоение любого сложного навыка полезно для мозга независимо от возраста.