

Sillamäe Kannuka Kool

8B, 8C

Екатерина Мартынова, Софья Данилова

КАК МУЗЫКА ВЛИЯЕТ НА ЧЕЛОВЕКА

Творческая работа

Руководитель: Леун Е. А.

Sillamäe

2013

Оглавление

Введение	3
Глава 1. Влияние музыки на эмоциональное состояние человека.....	5
Глава 1.1. Воздействие музыки на человека в зависимости от стилей и направлений.....	5
Глава 1.2. Влияние музыки на здоровье человека	6
Глава 2. Отрицательные и положительные стороны влияния музыки на человека.....	9
Глава 2.1. Какое влияние оказывает музыка на учащихся Kannuka школы.....	10
Глава 2.2. Какую музыку слушают учащиеся Kannuka школы	10
Заключение	14
Список диаграмм	16
Источники.....	17

ВВЕДЕНИЕ

*Без музыки не проживу и дня!
Она во мне. Она вокруг меня.
И в пенье птиц, и в шуме городов,
В молчанье трав и в радуге цветов...*

О. Гаджикасимов

Каждый человек привык с самого рождения слышать музыку, все мы знакомы с этим понятием. Музыка скрепляет людей, меняет их взгляды на многие вещи, формирует стиль всей жизни, одежду, общение.

У каждого есть любимый стиль музыки, музыка, которая расслабляет, и та, которая напрягает. Все мы уже давно заметили, что роль музыки в нашей жизни довольно велика: музыка может влиять на наше настроение, успокаивать нас, взвинчивать, поднимать нам настроение и так же ухудшать его. Почему же разным людям нравится разная музыка и как она влияет на нашу жизнь?

Мы считаем, что тема «Влияния музыки на человека» актуальна для всех: и учителей, и учащихся. Мы выбрали ее потому, что современные дети не очень любят слушать академическую музыку.

Гипотеза: разная музыка имеет разное влияние на человека.

Цели исследования:

- определить значение музыки разных жанров,
- определить её влияние на человека.

Задачи:

1. С помощью эксперимента исследовать влияние музыки на внутреннее состояние человека в момент слушания музыкального произведения.
2. Исследовать и выявить основы возникновения индивидуальных музыкальных предпочтений, силы и глубины чувств, переживаемых слушателем в процессе восприятия музыкальных произведений.
3. Определить роль музыки и её значение в жизни человека, отрицательные и положительные стороны влияния музыки разных жанров на человека.

Как музыка влияет на человека

4. Показать полезность прослушивания академической музыки и побудить учащихся к прослушиванию «серьёзной» музыки разных жанров.

В данной работе мы проведём **исследование**:

1. Влияние музыки на учащихся в зависимости от стилей и направлений.
2. Исследование предпочтений: какую музыку слушают учащиеся (опрос в школе „Kannuka”).
3. Каким образом можно решить проблему?

Дополнительный материал: презентация «Как музыка влияет на человека».

ГЛАВА 1. ВЛИЯНИЕ МУЗЫКИ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА

С давних времен люди заметили влияние музыки на человека. Кто может ответить на вопрос, почему, когда мы слушаем ту или иную мелодию, на глаза набегают слезы, или вдруг сердце переполнит огромное чувство, все вокруг становится радостным и солнечным.

Музыка способна создать и поддержать нужное настроение. Она помогает расслабиться (не удивительно, что после работы некоторые люди, первым делом переступая порог собственного дома, включают любимые композиции), а может наоборот зарядить энергией.

По утрам лучше слушать бодрящую и ритмичную музыку, она поможет проснуться и заставит вас соскочить с постели в желании изменить свою жизнь к лучшему. Также веселая и энергичная музыка влияет на психику человека и заставляет его сменить грусть на радость, а печаль на оптимизм и жизнелюбие.

Спокойная и плавная музыка поможет расслабиться и успокоиться, отвлечься от повседневных забот. Медленная и релаксирующая музыка влияет на человека как снотворное, поэтому если вас мучает бессонница, и вы не знаете, как быстро уснуть, используйте этот факт.

Какое бы настроение вы не хотели задать с помощью музыки, важно выбрать те композиции и мелодии, которые вам нравятся, и которые будут ласкать ваш слух. Что касается стилей и направлений музыки, то здесь не все так просто. С одной стороны человек должен слушать ту музыку, которая ему по душе, с другой стороны исследования ученых говорят о том, что различные направления музыки способны воздействовать на физическое и эмоциональное состояние человека по-разному.

Глава 1.1. Воздействие музыки на человека в зависимости от стилей и направлений

Самое всестороннее влияние на человека оказывает классическая музыка. Именно о влиянии классической музыки на человека говорится больше всего. Ученые приписывают классическим произведениям просто чудодейственный эффект.

Как музыка влияет на человека

В отличие от классической музыки медики не рекомендуют долго слушать группы, играющие в стиле рэп, хард-рок и хэви-метал. Об этом говорят исследования, проведенные недавно мельбурнскими учеными. Хард-рок часто является причиной несознательной агрессии, рэп также пробуждает отрицательные эмоции, а хэви-метал и вовсе может стать причиной психических расстройств.

Что касается других жанров: блюз, джаз и регги могут вывести вас из депрессивного состояния; музыка в стиле поп кому-то может поднять настроение, а кому-то испортить; мышечное и нервное напряжение снимет мелодичный рок, а тяжелый рок наоборот введет в ступор. Чтобы понять, какое на вас воздействие оказывает музыка того или иного жанра, следует просто понаблюдать за своими эмоциями и ощущениями.

Народная музыка оказывает положительное влияние на человека – она отлично успокаивает, как бы возвращая людей к их историческим корням.

Глава 1.2. Влияние музыки на здоровье человека

Впервые научное объяснение влияния музыки на здоровье человека прозвучало из уст древнегреческого ученого и философа Пифагора.

Пифагор излечивал многие как душевные, так и физические заболевания, с помощью специально составленных им композиций. Каждое утро он начинал с пения, по его словам это помогала ему возбудить активность к дневной жизни и освободить свой ум ото сна. А вечером он пел песни, дабы успокоить нервы и настроиться на отдых.

Он даже ввел такое понятие как – «музыкальная медицина». *«Душа должна быть очищена от противных рассудку влияний торжественным и величественным песнопением, которому полагается аккомпанировать на лире»*, – говорил древнегреческий ученый.

Однако Пифагор был не единственный, кто в древние времена лечил людей с помощью музыки. Так еще в египетских папирусах были найдены упоминания о том, как древние жрецы оздоравливали египтян с помощью мелодий и звуков. А в Ветхом Завете говорится, что Давид игрой на арфе лечил нервное помешательство царя Саула. Да и в самой Греции кроме Пифагора были другие мудрецы, верившие в целительные свойства музыки и ее влияние на здоровье человека.

Как музыка влияет на человека

Например, греческий врач Эскулап, больных радикулитом лечил громкой игрой на трубе. Были и другие «лекари-музыканты» одни игрой на флейте снимали боли, другие пением умирляли психически больных. Так что человечество издревле знакомо с врачующим действием музыки.

А что же говорит современная медицина о воздействии музыки на здоровье людей? За последние десятилетия проведены сотни экспериментов, написано множество научных трудов, опубликованы тысячи статей в серьезных медицинских изданиях.

- То, что музыка активизирует сенсорные пути, приглушающие болевые ощущения выяснили ученые из Университета Юта. Ими были отобраны 143 человека, склонных к тревожности из-за боли. К пальцам участников эксперимента, в то время когда они слушали приятную музыку, подносились электроды вызывающие незначительную боль. В итоге музыка помогала снизить у испытуемых тревогу и уменьшить болевой порог. Ученые из Гонконга выяснили, что занятия музыкой развивают память и умственные способности детей. Их продолжительные наблюдения доказали что без каких-либо специальных упражнений для памяти, память человека улучшалась пропорционально тому, на сколько долго он в детстве занимался музыкой.
- Еще одним доказанным фактом положительного влияния музыки на здоровье человека, является тот факт, что звучные мелодии помогают восстановлению после операции на сердца. Прослушивание радостной и веселой музыки, способной вызвать позитивные эмоции и хорошее настроение рекомендуется при профилактике сердечнососудистых заболеваний. По мнению ученых, музыка помогает человеку улучшить циркуляцию крови, снижает кровяное давление, расширяет кровеносные сосуды и замедляет частоту сердечных сокращений.
- Ученые установили, что звуки, исходящие с различной периодичностью и в определенной тональности, способны убивать болезнетворные микробы. Когда в средние века города охватывала эпидемия чумы, что бы справиться с ней народ не переставая звонил в колокола. И это действительно помогало. Сегодня достоверно известно, что активность микробов в организме человека падает на 40%, после того как он продолжительное время слушает церковную музыку или колокольный звон.

Как музыка влияет на человека

- Музыка предотвращает потерю слуха. Это было выяснено в ходе одного из простых экспериментов. 163-ем испытуемым, 74 из которых были бывшими музыкантами, предложили пройти несколько тестов, результаты которых показали, что даже семидесятилетние музыканты слышат речь в шумной обстановке и воспринимают звуки лучше, чем пятидесятилетние не музыканты.

Другие интересные факты о влиянии музыки на человека.

В 1950-х годах в США проводились исследования о мере влияния музыки на покупателей. Учеными было выяснено, что спокойные мелодии, звучащие из колонок в торговых залах, создают уютную атмосферу, побуждая и стимулируя посетителей магазинов не торопиться и как можно больше времени уделить выбору покупок. И совершенно другой эффект создает более быстрая и энергичная музыка, в основном она используется в часы пик, для того чтобы ускорить покупателей. Такой из принципов применяется в сетях быстрого питания, например в «McDonald's»- где специальный менеджер, анализирует поток и количество посетителей и когда их много, в помещении начинает играть динамичная музыка, тем самым поторапливая людей. И в противоположном случае, если клиентов мало, то и музыка играет медленная и расслабляющая, чтобы посетитель как можно дольше задержался в заведении.

ГЛАВА 2. ОТРИЦАТЕЛЬНЫЕ И ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ СТОРОНЫ ВЛИЯНИЯ МУЗЫКИ НА ЧЕЛОВЕКА

Музыка - одна из самых вдохновенных форм искусства. Своим ритмом, мелодией, гармонией, динамикой, разнообразием звуко-сочетаний, колоритов и нюансов музыка передает бесконечную гамму чувств и настроений.

Ее сила заключается в том, что, минуя разум, она прямо проникает в душу, в подсознание и создает настроение человека.

Соответственно своему содержанию музыка может вызывать в человеке самые возвышенные и благородные чувства, или, напротив, может вызвать самые греховные и темные желания. В зависимости от того какая музыка звучит, может наступить общее расслабление организма или же ускорение энергетических процессов. С самого момента своего возникновения музыка всегда сопутствует человеку в его жизни, особенно в нынешнее время. Порой мы хотим послушать спокойную и лирическую музыку, а иной раз тянет на быстрые и веселые ритмы. Именно музыка, по мнению ученых, имеет огромное влияние на человеческий организм. Если у вас подавленное настроение и все валится из рук, то ученые советуют в таком случае слушать веселую и ритмичную музыку. Хорошо также потанцевать под такую музыку. Быстрый и ритмичный темп музыки заставляет сердце биться еще быстрее, улучшается кровообращение, вследствие чего повышается общий тонус. Поэтому, если вы почувствовали усталость или вам захотелось взбодриться, то необходимо, чтобы ваши действия - подъем, занятия спортом или физзарядкой, уборка квартиры, приготовление пищи и другое, обязательно сопровождалось музыкой. Для проведения такой энерготерапии необходимо подобрать заводные ритмичные и веселые композиции и включать их тогда, когда вы ощущаете усталость, снижение энергетического тонуса, общую подавленность. С давних времен люди заметили влияние музыки на человека

Но также следует знать, что музыка может влиять на человека отрицательно. На кафедре акустики МГУ проводили исследования. Семиклассники после 10-минутного прослушивания рок-композиций временно забывали таблицу умножения. Находящиеся в концертных залах слушатели не смогли ответить на вопросы: “Как вас зовут?”, “Где вы находитесь?”, “Какой теперь год?”. Даже 10-минутное

Как музыка влияет на человека

«наслаждение» рок-музыкой на громкости в 100 децибел снижает чувствительность уха настолько, что наступает частичная потеря слуха.

Глава 2.1. Какое влияние оказывает музыка на учащихся Kannuka школы

«Моё отношение к музыке, для меня музыка значит многое, это неотъемлемая маленькая, но очень весомая частичка моей жизни. Слушаю музыку постоянно, где бы я ни был. Предпочитаю одно из современных движений, HIP-HOP, RAP.» – учащийся 7 класса.

«Если бы не было музыки на всем белом свете, все жили бы скучно, без вдохновения, и жили бы мы не так, как хотелось бы!» – учащийся 7 класса.

Что думают о музыке семиклассники.

«Мои любимые произведения: А. Вивальди «Гроза», П. И. Чайковский балет «Лебединое озеро». Людям нужна музыка, когда они одиноки, послушаешь, и легче становится на душе. После прослушивания музыки Чайковского я стал добрей, лучше стал относиться к друзьям» – учащийся 7 класса.

«Мне нужна музыка, когда на душе не спокойно, послушаешь, успокоишься и все у меня хорошо» – учащийся 7 класса.

«Музыка нужна была мне. Когда перенес травму, чтобы отвести от себя плохие мысли и боль» – учащийся 7 класса.

«Музыка необходима человеку и в радостные моменты жизни и когда грустно, она способна менять настроение человека» – учащийся 7 класса.

«Если слушать музыку, когда у тебя плохое настроение, то оно меняется на хорошее. Разная музыка по-разному влияет на меня, но та, которая нравится, меня успокаивает» – учащийся 7 класса.

Глава 2.2. Какую музыку слушают учащиеся Kannuka школы

Исследование:

какую музыку слушают учащиеся (опрос проводился в школе „Kannuka”).

Как музыка влияет на человека

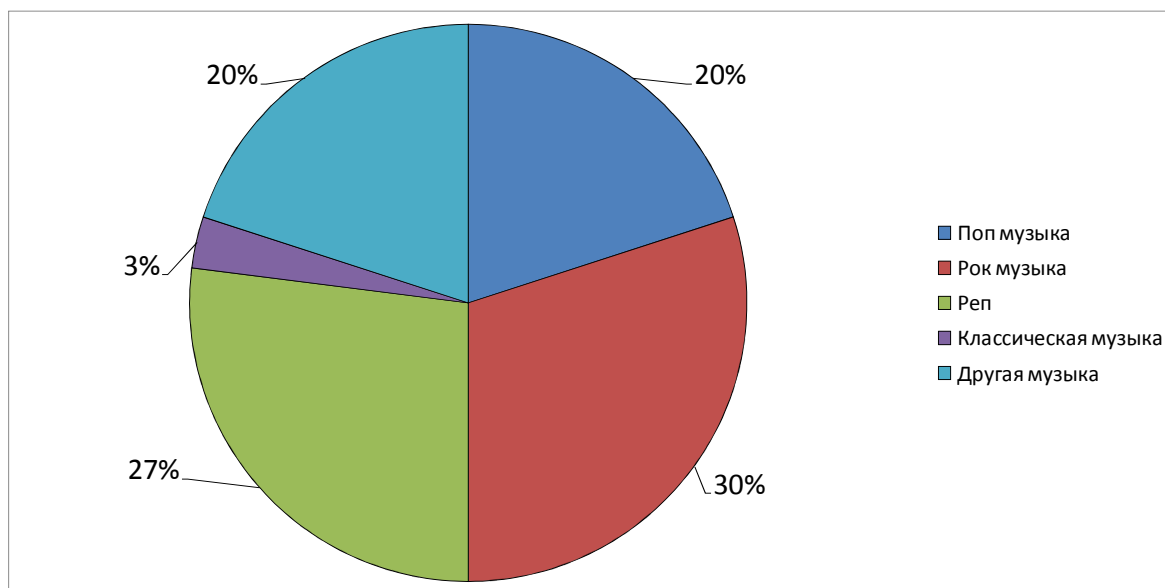


Диаграмма 1. Предпочтения учеников

Поп музыка	20%.
Рок музыку	30%.
Реп	27%.
Классическая музыка	3%.
Другая музыка	20%.

Эксперимент: влияние музыки на учащихся Каппика школы?

Музыка влияет на эмоциональное состояние человека – это всем известно. Она может успокаивать и возбуждать, смягчать и ожесточать, вызывать воспоминания, утешать боль, усиливать агрессию. Дальнейшие исследования в этой области, дадут дополнительные сведения и позволят еще подробнее разобраться в вопросах влияния музыки на состояние человека в целом.

Эксперимент

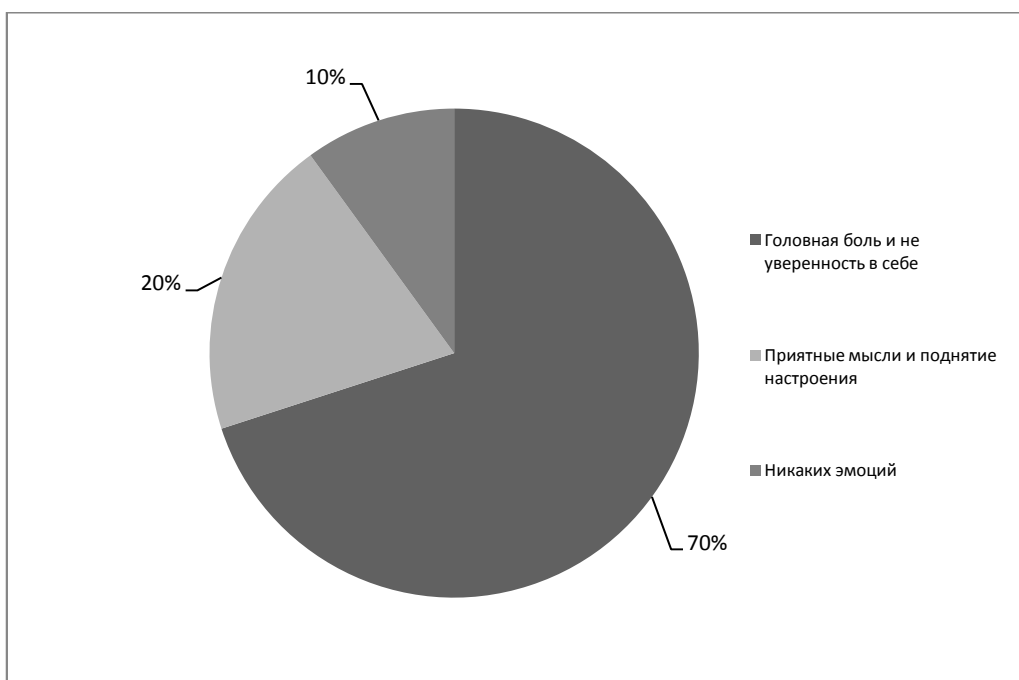


Диаграмма 2. Какие эмоции вызывает рок

На 70% испытуемых 8-х классов рок вызвал головную боль и не уверенность в себе. Для 20% испытуемых рок вызвал приятные мысли и поднял настроение. Для 10% испытуемых рок не вызвал никаких эмоций.

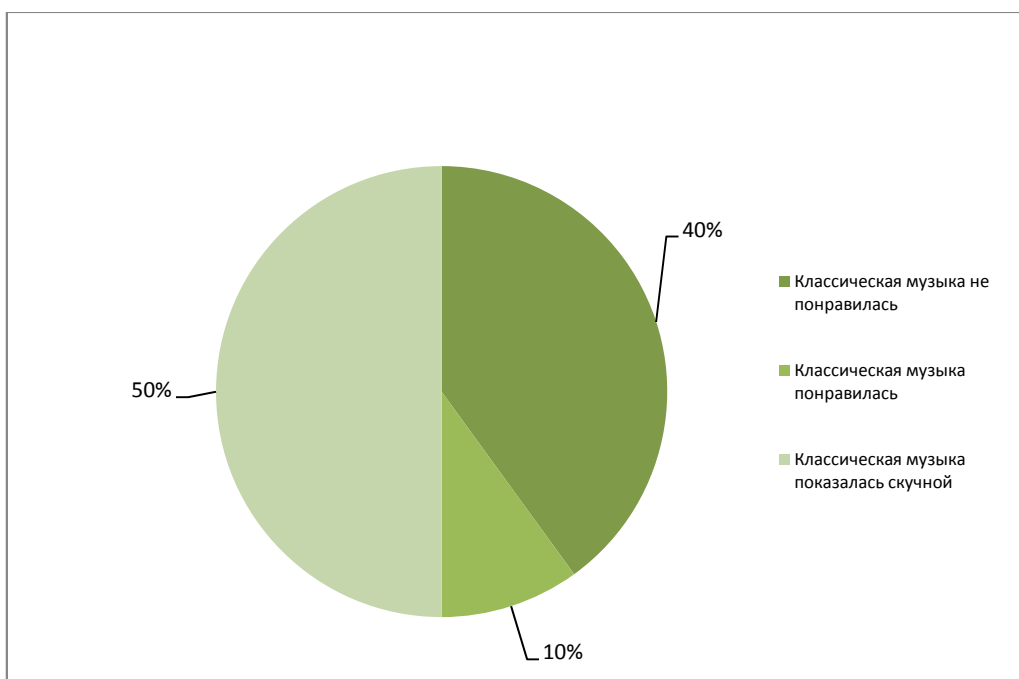


Диаграмма 3. Какие эмоции вызывает классическая музыка

Как музыка влияет на человека

40% испытуемых классическая музыка не понравилась. Для 50% участников классическая музыка показалась скучной. 10% классическая музыка понравилась.

P.S. Предлагаю вам послушать музыку, которая просто не может оставить равнодушным человека, понимающего толк в красивой музыке. Когда я слушаю подобную музыку, то она затрагивает меня до самого сердца. Хочу узнать ваше мнение о такой музыке!

Мы задали несколько вопросов учащимся 8-х классов: чем является для вас музыка?

- Музыка является для меня предметом внимательного слушанья.
- Музыка является выражением души.
- Музыка является для меня неким успокоительным и источником вдохновения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Можно сделать вывод, что разные направления музыки, имеют различное влияние на человека. Музыка, проникая в потайные уголки нашей души, будит в ней самое лучшее, светлое, благородное. С помощью музыки воспитываются такие чувства, как чуткость, любовь к Родине, а для того, чтобы понять и полюбить музыку не надо знать языки, потому что язык музыки – это язык души.

Но существует музыка вредная, даже отчасти опасная для людей, она выделяется частым диссонансом, нерегулярностью своих ритмов. Эта музыка может олицетворять собой современные понятия состояния стресса, напряжения и негатива. Мелодии сочетают в себе активное перевозбуждение с тяжёлым, угнетающим эффектом.

Научно доказано, что музыка влияет не только на эмоциональное, но и на физическое состояние человека. Подходящая мелодия способствует облегчению многих болезней, улучшает память, помогает концентрировать внимание, укрепляет иммунитет.

Вывод исследовательской работы:

1. Без музыки тоска и болезни.
2. Музыка способна и лечить, и калечить.

Решение поставленной проблемы:

1. Многие люди хотят иметь хорошую память, преодолеть банальную лень, повысить внимательность и концентрацию. Так вот один из рецептов - музыка. Слушайте больше классической музыки в современной обработке и в оригинале, слушайте музыку разных жанров.
2. Пение – один из самых эффективных методов музыкальной терапии. Песни, которые нас трогают, наполняют нас радостью и силой. Пойте с радостью и удовольствием.
3. Чтобы побуждать учащихся к прослушиванию классической музыки необходимо информировать их о важности и полезности академической музыки для человека.

Как музыка влияет на человека

4. Давать домашнее задание: найти определенное музыкальное произведение, прослушать и написать отзыв.

*Послушай: музыка вокруг,
Она во всем – в самой природе,
И для бесчисленных мелодий.
Она сама рождает звук!
М. Ивсен*

СПИСОК ДИАГРАММ

Диаграмма 1. Предпочтения учеников	11
Диаграмма 2. Какие эмоции вызывает рок.....	12
Диаграмма 3. Какие эмоции вызывает классическая музыка	12

ИСТОЧНИКИ

1. Блаво Р. Исцеление музыкой. – С–Пб.: Питер, 2003. – 192 с.
2. Овчинникова Т. Музыка для здоровья. С–Пб.: Союз художников, 2004. – 41 с.
3. Клюкин И. И. Удивительный мир звука. Судостроение, 1978. – 94 с.
4. TRUD^{com} [Электронный ресурс] – Электронные данные – Режим доступа: http://novgorod.trud.com/jobs/obrazovanie_nauka/, свободный. – Загл. с экрана.
5. КОНСТРУКТОР УСПЕХА [Электронный ресурс] – Электронные данные – Режим доступа: <http://constructor.ru/zdorovie/vliyanie-muzyki-na-cheloveka.html>, свободный – Загл. с экрана.
6. Жизнь в гармонии [Электронный ресурс] – Электронные данные – Режим доступа: <http://tapri.ru/interesnye-fakty/kak-vliyaet-muzyka-na-cheloveka>, свободный – Загл. с экрана.