

**МБОУ СОШ с.Старые Казанчи
Муниципального района Аскинский район Республики
Башкортостан**

Научно-исследовательская работа «Музыка-настроение. Где связь?»

Выполнила:
Шаймарданова Зилия Салаватовна
ученица 5 класса
Научный руководитель:
Ахиярова Физалия Гильмихановна

2022 год

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
1. Влияние музыки на состояние и здоровье человека.....	4
Основная часть:	
2. Анкетирование.....	7
3. Исследование «Музыка – настроение. Какова связь?».....	7
3.1. Методы исследования и их описание.....	7
3.2. Ход исследования.....	8
3.3. Выводы по проделанной работе.....	9
Список литературы.....	11

ВВЕДЕНИЕ

Цель нашего исследования: понять, как с помощью правильно подобранной музыки управлять настроением ученика.

Задачи:

- 1) Изучить и обобщить информацию о влиянии музыки на настроение человека.
- 2) Провести анкетирование учеников класса.
- 3) Экспериментальная часть:
 - наблюдение поведения и настроения учеников в начале дня;
 - анализ настроения у детей после прослушанной композиции;
 - попробовать регулировать настроение учеников воздействием разной музыки.
- 4) Сделать выводы.

Гипотеза: Музыка влияет на эмоции человека: как их регулировать?

Предмет исследования: влияние музыки на психо-эмоциональное состояние ученика.

Объект исследования: ученики 5 класса.

Актуальность:

Редкий человек сегодня не слушает и не любит музыки. Да и разнообразие ее сегодня огромно как никогда: от самой тяжелой до самой мелодичной. И даже если вы совсем не любите музыку и не хотите ее слушать, волей - не волей, вам приходится это делать.... Она играет в магазинах, в автобусе, такси, доносится из открытых окон с улицы. Может ли влиять на нас, или на наше здоровье такая музыка? Задумывались ли вы когда-нибудь об этом? Как музыка влияет на настроение и настрой ученика?!

Новизна: Работы заключается в том, что данные исследования никогда ранее не проводились в нашей школе.

Практическая значимость:

Привлечение детей к изучению, слушанию музыки разных жанров, заинтересовать детей музыкой и попробовать контролировать и изменять настроение с помощью музыки.

1. Влияние музыки на состояние и здоровье человека.

*Там, где слова бессильны,
является во всеоружии своем
более красноречивый язык — музыка.*

И. Чайковский

Музыка... Что это? ... Словари говорят, что музыка — это один из видов искусства, который состоит в умении подбирать звуки так, чтобы получилась мелодия, которую исполняют на специальных инструментах или поют.

Поэты, писатели и сами музыканты воспевают музыку, трепетно к ней относятся и, даже называют её своей жизнью!

Я учусь играть на фортепиано и мне тоже нравится заниматься музыкой: воспроизводить её, петь, слушать ... Нет ни одного дня, чтобы в нашей жизни не звучала музыка в любой форме. Почему это происходит? Как музыка влияет на человека так, что мы совершенно не можем обходиться без неё?

Музыка - это универсальный язык человечества. Она обращается ко всем, она - наше общее достояние. Раньше музыка была доступна преимущественно привилегированным классам и культурным центрам. Сегодня, благодаря радио, телевидению, интернету музыка входит в наши дома, независимо от того, как далеко мы живем от больших городов. Язык музыки понятен каждому человеку - мужчине, женщине, ребёнку - богатому или бедному, счастливому или несчастному,- каждому, кто способен воспринимать её могучий зов.

Музыка передает людям различные чувства и эмоции. Когда вы слышите медленную и грустную музыку, она вызывает у вас чувство грусти.



Когда вы слышите легкую, счастливую музыку, она дает вам ощущение счастья.



Музыка может заставить вас подумать о параде. Другая музыка вызывает у вас улыбку. Общаясь с помощью музыки, человек может передать много разных чувств и эмоций другому человеку.

Музыка также может нести в себе некое **послание**. Послание – означает главную идею, которую автор хочет донести до слушателей. Музыканты могут передавать людям такие идеи как: свобода, красота, власть или любовь. Идеи о хорошем и идеи о плохом могут быть переданы с помощью музыки. Если вы хотите, чтобы у людей оставались хорошие впечатления о вашей музыке, убедитесь, что ваше **послание** (основная идея) также о хорошем.

Различная музыка имеет разное влияние на человека. Ведь некоторые мелодии способны даже улучшать человеческую память, существенно повышать умственные способности, а также улучшать логическое мышление и математические способности.

Музыка, какой бы она не была, приносит нам звуковые волны, причем эти звуковые волны чаще всего приятные (по крайней мере, если бы музыка была неприятна нам, мы бы ее не слушали). Музыка создает настроение, или же подстраивается под наше.

О вкусах в музыке говорить нет смысла – у каждого свой вкус, причем этот вкус уникально-индивидуальный. Люди, которые выбирают определенный стиль музыки, скорее всего, становятся зависимыми от подобной музыки – она их удерживает в одном настроении, просто не давая возможности почувствовать себя немного по-другому. Люди, которые выбирают музыку под настроение (меломаны) разнообразят свой мир, слушая то, что нравится и что подходит в данный момент для настроения.

В последнее время активно проявляется techno-направление в музыке. Такой стиль музыки можно охарактеризовать стабильным ритмом с использованием электронных синтезаторов и подобной техники. Особенностью есть то, что в этом стиле почти отсутствует вокал (то есть, почти нет песни – лишь музыка). Возможно это можно считать и позитивным моментом, учитывая то, что слушатель может сосредоточиться непосредственно на прослушивании самой мелодии.

Многие люди, слушая музыку различных стилей и жанров, даже не задумываются о её влиянии на их психику и поведение.

Из вышесказанного, можно заключить, что различные по частоте звуки по-разному влияют на человека. Учёные установили, что это напрямую связано с ритмами головного мозга. Получая через органы слуха аудиоинформацию, мозг анализирует её, сравнивая со своими ритмами. У каждого человека ритмы протекают со своей частотой. Именно поэтому, так различны вкусы к музыке. Под старость функционирование процессов в головном мозгу замедляется, и человек перестаёт воспринимать быструю ритмичную музыку, отдавая предпочтение более спокойным и размеренным композициям. А всё потому, что мозг не поспевает обрабатывать быстро меняющуюся информацию. С каждым десятилетием музыка становится быстрее и агрессивнее. Если раньше танцевальной музыкой считались фокстрот и степ, а затем твист, то позднее появились диско и евродэнс. Немного позднее получила широкое развитие электронная музыка. Это дало нам новые ритмы 140, 150, 160 ударов в минуту и более. Но известно, что организм человека не рассчитан на жизнь в этих ритмах постоянно. За подобный прогресс мы платим серьёзными сбоями в центральной нервной системе, нарушениями сна, депрессиями и повышенной раздражительностью.

ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

2. Анкетирование.

Для визуального понятия эксперимента, создадим небольшую анкету для учеников, которую будем раздавать каждый день.

АНКЕТА

1. Какое у тебя настрое сегодня утром?
 1. Хорошее
 2. Плохое
2. Нравится ли выбранная композиция?
 1. Да
 2. Нет
3. Какое настроение после прослушивания?
 1. Отличное
 2. Хорошее
 3. Ужасное

3. Исследование «Музыка – настроение. Какова связь?»

3.1. Методы исследования и их описание

Наше исследование посвящено выявлению знаний о влиянии музыки на настроение и поведение человека. В данной работе мы поставили перед собой следующие задачи:

1. Ежедневно, утром до начала уроков, слушать музыку различных жанров. Каждый новый день – новый жанр.
2. Провести анкетирование после прослушивания композиции.
3. Подготовить свод полученных результатов анкетирования.

База исследования: ученики 5 класса (18 учеников)

В своём исследовании мы использовали следующие методы:

Наблюдение - прослушивание музыки различных жанров.

Анализ – проведение анкетирования и подведение итогов.

Последовательность действий:

1. Ежедневно сутра включать музыку различных жанров.
2. Проводить анкетирование в течении дня.
3. Через неделю провести анализ этого исследования.
4. Написание окончательных выводов.

3.2. Ход исследования.

Понедельник. Включили 1 концерт Петра Ильича Чайковского для фортепиано с оркестром. Настроение обучающихся было мажорное, праздничное. Все на уроках учились с большой охотой, получили много пятерок. Анкетирование выявило, что классическая музыка не является самым любимым жанром среди сверстников (5 ответов из 18), однако все с удовольствием его прослушали и больше половины (75%) опрошенных отметило, что настроение улучшилось.

Вторник. Поп музыка. «Симпл димпел поп из скрит» М&Ф Бетси. Настроение было хорошее, ребята вели себя не серьезно – игриво, шутили, кто-то даже сумел обмануть учителя. На уроках делать ничего не хотелось. Песня понравилась всем – 100%. Некоторые даже танцевали, прыгали. Попросили повторное включение.

Среда. Церковная музыка. «На небе зоренька» Отава ё. Данный жанр тоже не пользуется большим спросом – 3 ученика ответили, что произведение им нравится. Некоторые спросили: «Что это за молитва?!». Произведение продолжало звучать, проникая в подсознание. Общеколлективное настроение было спокойным и уравновешенным. Ребята в этот день были внимательные, быстро решали задачи и уравнения. Никто на уроках не разговаривал даже учительница удивилась: «Какие все воспитанные!?!»

Четверг. «Сказочная тайга» Агата Кристи. Прослушав песню, учащиеся о чем-то переживали, кто-то даже начал раздражаться... Некоторые вышли из класса, высказав недовольство «гремящей музыкой». Нравится данный жанр 4 ученикам из 18. 6 отметило ужасное настроение после прослушивания. На уроках отвечали так себе неохотно. Были замечания у тех, кто писал у доски.

Пятница. Учитель музыки включила песни Владимира Яковлевича Шаинского «По секрету всему свету», «Облака» - добрые детские песенки. У ребят настроение было хорошее, все непроизвольно подпевали – ведь слова данных песен знакомы каждому. Понравилась песни 100% всем. Отметили улучшение настроения 5 учеников, которые пришли «не в духе». На уроках было спокойно, сделали контрольную работу, кто-то умудрился даже списать...

Свод результатов анкетирования проведем в таблице ниже.

	Настроение до		Нравится ли композиция		Какое настроение после прослушивания?		
	хорошее	плохое	да	нет	отличное	хорошее	ужасное
Понедельник	7	11	5	13	8	9	1
Вторник	9	9	18	0	18	0	0
Среда	8	10	3	15	1	15	2
Четверг	7	11	1	17	1	4	13
Пятница	10	8	16	2	18	0	0

3.3. Выводы по проделанной работе.

Как видим из таблицы с ответами учеников, самой любимой музыкой является поп-музыка которая легко запоминается. Вспомните, как слышали когда-то популярную не замысловатую песенку, начинали буквально напевать её себе под нос, просто услышав знакомые нотки, где-нибудь в общественном транспорте. Современная популярная музыка не блещет текстами песен, как правило - это набор незамысловатых фраз. Музыкальное сопровождение данных текстов, похоже, до безобразия, это, как правило, ритмичное повторение барабанов, плюс другие инструменты. А нам как известно еще шаманы использовали ритмичное постукивание в свои барабаны (камлание) для того чтобы войти в транс или ввести других в транс. А когда человек в транс сознание не контролирует. Выходит так, что тексты современных, популярных песен идут, минуя наше сознание сразу в подсознание. Вот этим и объясняется то, что стоит человеку раз услышать подобную «попсовую» песенку и он будет ходить и мычать ее весь день.

Классические произведения полезно слушать перед экзаменами/тестами, где требуется творческое мышление, поиск нестандартных решений. Для этого лучше всего подготовят произведения великих композиторов – их мы слушали в первый день эксперимента. Эти произведения несут в себе очень мощный энергетический заряд, заряжают мозг, словно «будят» его и пробуждают смекалку и креативность.

Мажорные тона настраивают и заставляют стремиться к победе.

Музыка близко связана с медициной. Уже давно обнаружили, что музыка стиля Баха, Бетховена и других классиков оказывает чудесное действие на людей, излечивает от болезней. Существует даже специальное название, направление в современной медицине — орнитотерапия.

Музыка влияет не только на нравственное и эмоциональное состояние человека, но и на работу внутренних органов, таких как сердца и на активность артериального давления. Для тех, кто хочет активно увеличить свое давление, стоит слушать музыку поэнергичней, ну а для стабилизации сердечного ритма, рекомендуется прослушивание спокойной мелодии.

Очень интересный факт заключается в том, что спокойная мелодия может позитивно влиять на кровь. Та мелодия, которая вызывает у человека удовлетворение, активно увеличивает в крови объем лимфоцитов, и соответственно всему организму человека становится намного проще бороться с любыми болезнями.

Можно сделать вывод, что разные направления музыки, имеют различное влияние на человека. Существует музыка вредная, даже отчасти

опасная для людей, она выделяется частым диссонансом, нерегулярностью своих ритмов.

Например, музыка, основа которой составляет всем известный «бум — бум — бум», намного превышает 100 децибелов, влияние ее может негативно сказаться на состоянии человека, и даже довести человека до обморочного состояния.

Рок-музыка. Тут тоже используется и ритм, частота чередования света, громкость. Переизбыток высоких или низких частот серьезно травмируют мозг.

Американский ученый-медик Дэвид Элкин доказал, что пронзительный звук большой громкости способствует сворачиванию белка (сырое яйцо, положенное перед громкоговорителем на одном из концертов, через три часа превратилось «сваренным» всмятку).

Негативно влияют тексты песен, особенно зарубежных исполнителей, которые прямо призывают к насилию, способствует злоупотреблению наркотиками. В Америке зафиксировали, что с приходом рок-музыки возросли случаи суицида.

Из всего вышеперечисленного и проведенного эксперимента можно сделать следующие выводы:

1. Прослушивание музыкальных произведений способно повлиять на настроение человека, зарядив его позитивными эмоциями либо, напротив, погрузив в задумчивость и даже некую мрачность.
2. Музыка – инструмент, который может управлять настроением.
3. Зная, как определенный жанр влияет на настроение детей, можно регулировать, изменять или настроить человека на определенный лад.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Васина – Гроссман В. А. Книга о музыке и великих музыкантах: Маленькая энциклопедия. – М.: Дет. лит., 1986
 2. Даттель Е. Л. Музыкальное путешествие. Книга для юношества о музыкантах. «Просвещение», 1969
 3. Зильберквит М. А. Мир музыки. М.: «Детская литература», 1988
 4. Сохор А.Н. Музыка как вид искусства / А.Н. Сохор. – М., 1970.
 5. Панкевич Г.И. Искусство музыки. - М.: Знание, 1987.
- Интернет – источники:
6. [900igr.net>kartinki/muzyka/vlijanie...na-cheloveka...](http://900igr.net/kartinki/muzyka/vlijanie...na-cheloveka...)
 7. yandex.ru/images
 8. www.muszone.ru/articles/
 9. <https://youtu.be/i5oJxea-BAo>