

Муниципальное общеобразовательное учреждение лицей

г.о. Электрогорск

II Международная научно-практическая конференция обучающихся  
«Экологическое образование в целях устойчивого развития»

НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА  
ВЛИЯНИЕ МУЗЫКИ НА ОРГАНИЗМ ЧЕЛОВЕКА

Автор работы:

Титова Лидия Андреевна,  
обучающаяся 9 «Б» класса  
МОУ Лицей г.о. Электрогорск

Научный руководитель:

Строчкова Оксана Николаевна  
учитель биологии и географии  
МОУ Лицей г.о. Электрогорск

Электрогорск

2020

## ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение.....	3
I. Роль музыки в жизни человека.....	4
II. Современные музыкальные стили.....	6
1. Поп музыка.....	6
2. Рок музыка.....	6-7
3. Классическая музыка.....	7-8
III. Исследования влияния музыкальных стилей на человека.....	9
IV. Заключение.....	10
V. Список использованной литературы.....	11
VI. Приложения.....	12-15

## ВВЕДЕНИЕ

Человек постоянно окружен звуками, и если даже поместить нас в звукоизолированную комнату это будет означать, лишь отсутствие внешних раздражителей, и мы сможем услышать «музыку нашего сердца» - пульс, ток крови, которую мы всегда носим в себе, а может быть что-то еще, более глубокое и тайное? И возникают вопросы - что же есть музыка? Чем для нас является музыка?[1]

**Актуальность темы:** Музыка является неотъемлемой частью нашей жизни. Она существовала и будет существовать всегда. Поэтому очень важно понимать какое влияние она оказывает на наш организм.

**Практическая значимость:** Все люди слушают музыку, но многие не знают как прослушивание её различных жанров сказывается на нашем организме. Поэтому моя работа может использоваться в целях ознакомления с этой темой. С помощью моей работы учителя могут проводить беседы с учениками о значении музыки для организма человека ведь это очень важно.

**Цель:** Выяснить как различные жанры музыки влияют на состояние человека.

### **Задачи:**

1. Изучить литературу по теме;
2. Рассказать о роли музыки в жизни человека и о её жанрах;
3. Провести анкетирование среди учащихся;
4. Подвести итоги анкетирования;
5. Сделать выводы о влиянии музыки на состояние человека и проверить правильность выдвинутой гипотезы.

**Гипотеза:** различные музыкальные направления по-разному влияют на психологическое и физическое состояние человека.

**Объект исследования:** музыкальные направления и эмоциональное состояние человека.

**Предмет исследования:** влияние различных музыкальных направлений на состояние человека.

**Методы исследования:** изучение литературы по теме, эксперимент, анализ полученных результатов.

## РОЛЬ МУЗЫКИ В ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА

Музыка сопровождает нас всю жизнь. С самого детства нам мама пела колыбельную, затем в детских садах и школах мы слушали и пели различные песни. В транспорте, в магазинах и других общественных местах очень часто играет музыка. Благодаря достижениям науки и техники мы можем слушать её в любое удобное для нас время.

Музыка может оказывать на нашу жизнь как положительное, так и отрицательное воздействие. Например, водители каждый день, уезжая на работу, проводят несколько часов в дороге, слушая радио. Могу привести пример из жизненного опыта. Мой отец – водитель со стажем. Он часто включает рок музыку в дороге, и я заметила, что после её включения стиль езды очень меняется. Он увеличивает скорость, сам того не замечая, а также начинает совершать резкие манёвры. После этого я прошу его выключить музыку. Из этого следует, что определенная музыка действительно влияет на человека. Подростки в наше время не обходятся без музыки ни дня. Собираясь на прогулку, они не забудут взять с собой наушники и по дороге слушать любимые песни. Громкое прослушивание обычно отвлекает и приводит к негативным последствиям. То есть мы уже можем сделать вывод о том, что слушать музыку нужно правильно.

Сначала может показаться, что музыка никак не может повлиять на человека, ведь это просто набор различных звуков. Но это не так. Каждый может сказать, что одни песни вызывают у человека радость и смех, а другие – печаль и тоску. Из этого можно сделать вывод, что музыка влияет на наше эмоциональное состояние, наводит на различные мысли и чувства, влияя на наше настроение и через него – на наши поступки.

Интересно, что некоторые учёные считают, что вода способна каким-то образом запоминать информацию и эмоции, передающиеся в том числе через музыку. А ведь мы в среднем на 60% состоим из воды! Из этого также можно предположить, что музыка влияет и на эту составляющую нашего организма.

Но рассуждая о влиянии музыки, нужно для начала понимать, что это такое.

Музыка - это композиция звуков разной длительности, высоты, громкости, тембра, ритма, тональности, созданная человеком и воспроизводимая на музыкальных инструментах.[1]

Остановимся на самой меньшей единице, составляющей музыки, мелодии, т. е. о звуке. Звук также важен и для музыки, т. к. играет важную роль в ее

формировании. Необходимо отметить, что не все звуки, встречающиеся в природе, бывают по душе, т. е. нравятся человеку.

Говоря о первых истоках музыки, необходимо отметить, что она берет начало от периода первобытнообщинного строя, когда человек научился изготавливать примитивные музыкальные инструменты, научился «понимать» музыку. Эти инструменты применялись и в процессе охоты, при обмене сигналами друг с другом. Именно с этих пор человек стал вдохновляться красотой природы. Здесь роль музыки огромна. Пройдя время, человек научился передавать свое настроение при помощи музыки, что явилось еще одним из доказательств его отличия от других живых существ. У человека начались формироваться духовные и культурные воззрения. Если для поддержания организма человек принимает пищу, то музыка необходима ему для духовного, психического очищения. Музыка оказывает влияние на социальное поведение людей. Яркое подтверждение тому — существование музыкальных субкультур. Людей определенной группы сплачивает не только музыкальное предпочтение, но и общие жизненные принципы, мировоззрение, пропагандируемые тем или иным стилевым направлением. Музыкальные исполнители становятся примером для подражания для огромного количества поклонников.

Таким образом, какие бы изменения ни претерпевала музыка и музыкальная жизнь в целом, она по-прежнему остаётся важнейшей частью духовной культуры человека, который, несмотря на все успехи научно-технического прогресса, так и не научился без неё обходиться. [2]

## **СОВРЕМЕННЫЕ МУЗЫКАЛЬНЫЕ ЖАНРЫ**

Жанр это определенный тип музыкального произведения, в рамках которого может быть написано неограниченное число сочинений. Жанры музыки определяют характер и стиль музыкального направления. Первые жанры, которые выделились, относились к церковной музыке. В дальнейшем развитие музыкальных жанров происходило очень быстро.

В связи с тем, что окружающая нас сегодня музыка состоит как правило из современных жанров, есть смысл остановиться в изучении именно на них.

В современной музыке существует много направлений и жанров. Основные из них это рок, электронная музыка, поп и рэп. Есть также такой жанр музыки, как классический, который актуален всегда. Поговорим о некоторых из них поподробнее.

**Поп музыка** - сокращение от popular music-популярная, общедоступная музыка, музыка массовых жанров. Считается, что поп-музыка возникла в 1926 году - но на самом деле она существовала с самого зарождения человечества, просто не имела этого названия. Ведь простой и мелодичной музыкой, которой является поп-музыка, всегда были народные песни всех без исключения регионов планеты - и 1926 год можно считать только датой официального слияния всех этих напевов в один стиль музыки, получившей название "поп", то есть популярная музыка. Основным направлением поп-музыки является танцевальная музыка, структура её проста: песня с незамысловатыми текстами, ритмичный и мелодичный аккомпанемент, которому в популярной музыке уделяется не большое значение, и небольшая продолжительность 2-5 минут, стандарт радио версий. Особое внимание в популярной музыке уделяется визуальным эффектам — хореографии, декорациям, имиджу, видеоклипам. Тексты песен в основном просты и отображают настроения, чувства, переживания, эмоции, песни о жизни. Т. к. поп-музыка в основном коммерческая, в ней мало экспериментов и новшеств, популярная музыка статична, имеет большую аудиторию слушателей, музыкальные издатели редко идут на коммерческий риск ради экспериментов. Т.к главной целью поп музыки является продвижение в «массы», главной фигурой творческого процесса в написании «хита» является продюсер. Им проводится особая работа над репертуаром. В 1910-1920-х гг. продюсеры создавали бригады из мелодиста, аранжировщика, текстовика. Результаты их работы сводились воедино в расчете на определенного исполнителя.

**Рок музыка** — это одно из направлений популярной музыки с характерными ритмическими ощущениями. Рок-н-ролл - стиль популярной музыки,

зародившийся в 1950-х годах в Америке и явившийся ранней стадией развития рок-музыки. Для нее характерны использование электромузыкальных инструментов (например, электрогитар) и упор на четко выраженный ритм и громкость звучания. В композиции, как правило, три куплета, после второго куплета идет соло на электрогитаре. Рок-музыка имеет большое количество направлений. Содержание песен варьируется от лёгкого и непринуждённого до мрачного, глубокого и философского. Однако, с некоторым запозданием, национальная рок-музыка появилась практически во всех странах. По сути дела, вся история рока состоит из схожих циклов, в начале каждого из которых - бунт, протест, рождение новых стилей и новых ценностей, возникновение групп и исполнителей-основоположников стиля (1955, 1967, 1977, ...), а затем - постепенный процесс «приручения», коммерциализации, порой - упрощения, возникновения вторичных рок-групп. Рок-музыка как культурный феномен породила так называемый «рок-н-ролльный образ жизни», определённый стиль поведения и систему жизненных ценностей, своего рода философию. Тем не менее, возникшие на основе различных течений рок-музыки субкультуры порой имеют мало схожего. Рок-музыка обладает относительно большой захватывающей энергией (драйвом). Она может дать личности свободу от устоявшихся общественных принципов и стереотипов, от окружающей действительности.

**Классическая музыка.** Одно из определений классической музыки, данное в «Кратком Оксфордском музыкальном словаре», гласит: «...музыка, упорядоченная по своей природе и обладающая такими качествами, как ясность и гармоничность, основанная скорее на формальной красоте, чем на эмоциональной экспрессии (но не отрицающая эмоций)». Строго говоря, классической музыкой можно назвать любое музыкальное произведение, написанное в эпоху классицизма, или в так называемый классический период (примерно между 1750 и 1830 годами). Но в наше время так называют не только музыкальные произведения, которые появились на свет в эти восемьдесят лет. Иногда, называя музыку классической, её прежде всего противопоставляют так называемой популярной музыке. Одна из характерных черт классической музыки – это то, что ей удалось выдержать испытание временем, что её исполняют до сих пор, спустя много лет после её сочинения. [3]

Классические темы отличаются возвышенной интонацией, изысканностью, разнообразием оттенков и гармонией. Классическая музыка сыграла очень большую роль в истории развития музыкального искусства. Сотни великих произведений, которые известны каждому человеку, были написаны именно

в этом жанре. Бетховен, Бах, Моцарт, Глинка, Березовский, Бородин - все они известны любому человеку. Они писали симфонии, сонаты - их и можно отнести к понятию "классическая музыка". Классическая музыка - это эталон написания музыки, мы её слышали, мы её знаем. Одно из самых бросающихся в глаза различий между классической и популярной музыкой – это разное отношение к композиторам и исполнителям. В популярной музыке основное внимание приковано к исполнителю, но в классической музыке главную роль играет сочинитель. Именно его имя чаще всего ассоциируется с произведением и остаётся в памяти слушателей. Основными инструментами для исполнения классической музыки являются струнные, клавишные, духовые и ударные инструменты: скрипка, виолончель, пианино, флейта, гобой, кларнет, труба, литавры, цимбалы, барабан, орган.

## ИССЛЕДОВАНИЕ ВЛИЯНИЯ МУЗЫКАЛЬНЫХ СТИЛЕЙ НА ЧЕЛОВЕКА

В практической части работы я провела анкетирование, что бы узнать какие музыкальные стили нравятся моим одноклассникам. Анкета содержала следующие вопросы:

1.Какие у вас музыкальные предпочтения, какой стиль музыки вы предпочитаете?

2.Какую музыку вы бы выбрали для прослушивания что бы

а) поднять настроение

б) успокоиться

в) убраться в квартире или сделать зарядку

г) сосредоточиться

По результатам анкетирования видно, что предпочтение отдают поп-музыке, среди девочек популярен современный поп, среди мальчиков в основном рэп музыка. Многие ребята для поднятия настроения и уборки в квартире слушают поп музыку, а для того что бы успокоиться и сосредоточиться - классическую. Результаты анкетирования вы можете увидеть в приложении. (Диаграмма №1, №2, №3, №4)

Вторым этапом моей работы был эксперимент. В первом эксперименте мы изучали зависимость изменения частоты пульса от различных направлений музыки. Частота пульса у подростков 14-15 лет составляет 75 ударов в минуту. Сначала ребята измерили пульс в спокойном состоянии, а затем трехкратное измерение пульса при прослушивании рок, поп и классической музыки. Между каждыми стилями музыки было восстановление до нормы. В результате было установлено, что рок повышает частоту пульса, что связано с возбуждением нервной системы. Классическая музыка приводила к снижению частоты пульса. Это подтверждает успокаивающее действие классики. Результаты приведены в приложении. (Диаграмма №6)

Во втором эксперименте я предложила моим одноклассникам решить математические примеры, когда фоном является музыка, причем не обязательно та, которая нравится. В результате больше ошибок ребята совершили при выполнении задания под классическую музыку, а меньше всего – под поп. Результаты эксперимента представлены в приложении. (Диаграмма №7)

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Выводы:

1. Музыка является частью окружающей среды, также как например воздух и температура и тд. Следовательно, это необходимо учитывать в создании благоприятного окружающего пространства.
2. Ошибочно считать, что музыка является чем-то безобидным и безумно развлекательным. Музыка может управлять поступками человека через его психо-эмоциональное состояние и настроение. Следовательно, надо очень внимательно относиться к выбору жанра, в тех или иных жизненных ситуациях.
3. Разнообразие и вариации жанров и музыкальных композиций могут иметь практическую пользу, в том числе и в медицинских целях. В первую очередь, для врачей психотерапевтов и психиатров, а также, судя по влиянию музыки на ритмы сердца, для терапевтов и других профильных врачей. (Для этого потребуются дополнительные углублённые исследования соответствующими специалистами)
4. Также исследования в этой области могут иметь практическую пользу в педагогике.

Я хочу дать некоторые рекомендации по прослушиванию музыки, так, чтобы она не навредила состоянию человека:

1. Чаще слушайте ту музыку, которая вам нравится.
2. Старайтесь совмещать прослушивание как классической, успокаивающей музыки, так и музыки, которая поднимает настроение.
3. Не злоупотребляйте прослушиванием рок музыки перед сном и за рулём.
4. Включайте расслабляющую, спокойную музыку в моменты переживаний. Для этого могу порекомендовать таких авторов, как Моцарт и Чайковский.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

- [1] Юсфин А.Г. Музыка - сила жизни. Сп-б.:Аюрведа Плюс, 2006. - 260 с.
- [2] Рахимов Б. М., Худайберганава М. А. О роли музыки в жизни человека // Молодой ученый. — 2017. — №31. — С. 74-77.
- [3] Дарен Хенли - Кратчайшая история музыки. Самый полный и самый краткий справочник / Д. Хенли ; [пер. с англ. О. И. Перфильева]. — М. : РИПОЛ классик, 2011. — 272 с. — (Кратчайшая история).

### Интернет-ресурсы:

1. [https://studopedia.ru/19\\_383080\\_osnovnie-zhanri-v-sovremennoy-muzike.html](https://studopedia.ru/19_383080_osnovnie-zhanri-v-sovremennoy-muzike.html)
2. <http://schastie-ryadom.ru/post367362031/>
3. <https://poisk-ru.ru/s5456t10.html>
4. <https://sites.google.com/site/rokmuzyka666/stili-i-napravlenia-rok-muzyki>
5. [https://vuzlit.ru/408427/muzykalnaya\\_sostavlyayuschaya](https://vuzlit.ru/408427/muzykalnaya_sostavlyayuschaya)
6. <https://taraniuk-estalsch21.edumsko.ru/articles/post/372506>

Диаграмма №1



Диаграмма №2

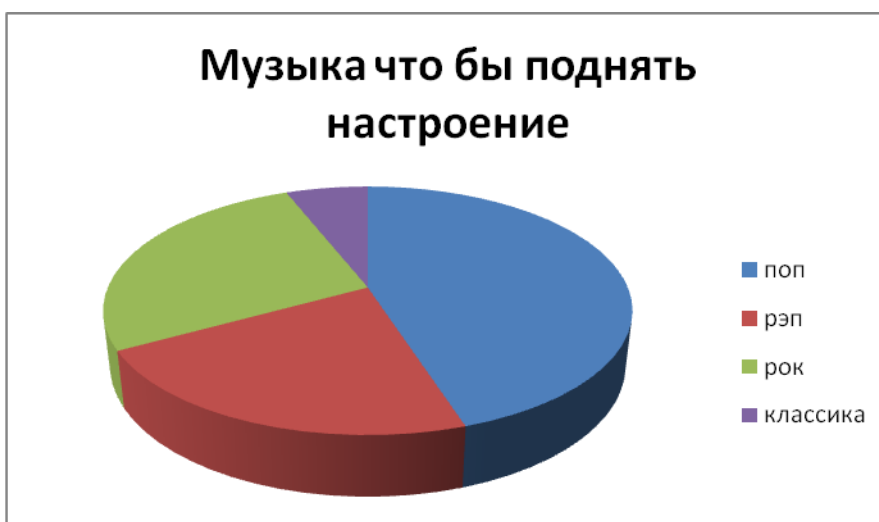


Диаграмма №3



Диаграмма №4

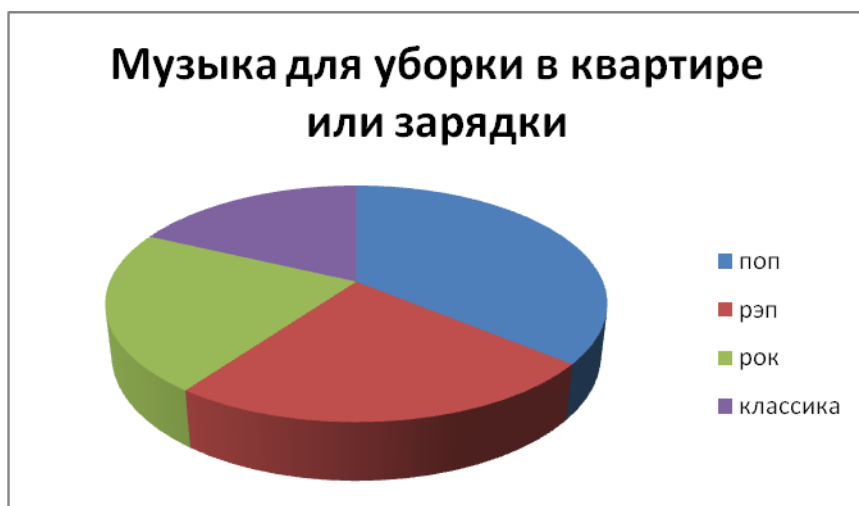


Диаграмма №5

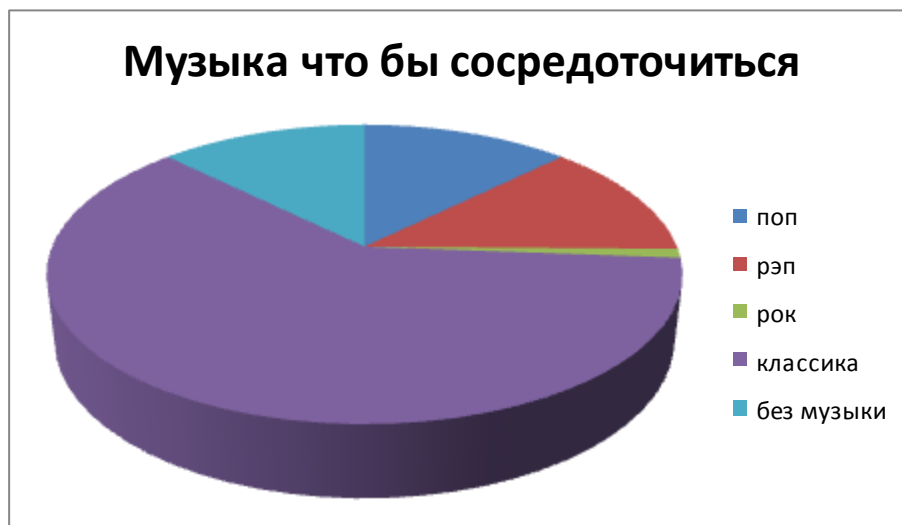


Диаграмма №6

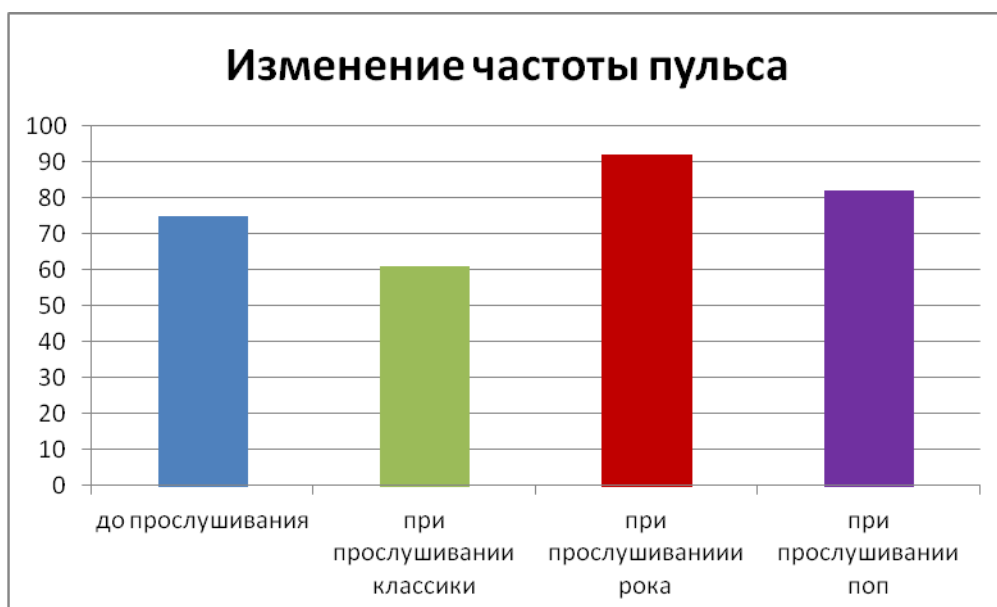


Диаграмма №7

