Добрый день уважаемые коллеги, гости!

Варварюк Игорь Александрович

Являясь бакалавром “Музыкального образования” и Магистром “Социальных знаний” по специальности психология, решил объединить два направления и предоставить вашему вниманию доклад на тему ***«Влияние музыки на настроение школьников».***

Музыка является частью жизни человека, частью человеческой души. Музыка имеет сильное нравственное воздействие на психику, на эмоциональную сферу и нравственный мир человека, что приобретает сегодня **особую актуальность.**

**Цель нашего исследования**

 Выяснить, как музыка влияет на человека и эмоциональное состояние учащихся, а конкретно на настроение.

**Задачи исследования**

* Проанализировать научную информацию по теме;
* Познакомиться с музыкальными стилями, изучить их особенности и выяснить, какой музыке отдать предпочтения;
* Подтвердить то, что музыка влияет на настроение, поведение, умственную деятельность и здоровье учащихся;
* Собрать произведения для «Музыкальной аптечки».

**Гипотеза:** могжем предположить, что:

* классическая музыка благотворно влияет на эмоциональное состояние и здоровье школьников;
* произведения различных музыкальных стилей по-разному влияют на эмоциональное состояние учащегося;

**Методы исследования**

* Анализ литературы, информации в Интернете;
* Анкетирование;
* Проведение музыкальных экспериментов;
* Интервью;
* Анализ и сравнение полученных результатов.

Наша первая глава — это ВЛИЯНИЕ МУЗЫКИ **НА ЧЕЛОВЕКА**

* 1. **Роль музыки в жизни человека**

Со времен древности музыка сопровождает людей, будоража их чувства, утешая и воодушевляя. Она отражает наши самые глубокие эмоции, помогая нам лучше понять окружающий мир. Музыка сопровождает нас в отдыхе, на важных моментах жизни, помогая пережить трудные времена.

Так какое же воздействие музыка оказывает на человека:

* ***Целительное воздействие***
* Музыка улучшает память
* Математические способности
* Музыка развивает концентрацию внимания
* Влияет на эмоциональную восприимчивость
* Музыка улучшает производительность труда
* Музыка помогает бороться со стрессом
* Физическое расслабление
* Музыка успокаивает, расслабляет и помогает заснуть

**1.2. Особенности различных музыкальных стилей и их воздействие на эмоциональную сферу человека.**

Музыка обладает магической силой, древнегреческие рукописи гласили: «***Музыкальное воспитание*** - самое мощное оружие».

Несомненно, музыка влияет на сердце и разум и поэтому может использоваться для того, чтобы ***настраивать их либо на зло, либо на добро.*** Большинство людей любят слушать музыку, но до конца не осознают, какое она имеет воздействие на человека и ***его психику***. Давайте рассмотрим самые основные стили музыки и выясним, какое влияние они оказывают на человека.

 Самое всестороннее влияние на человека оказывает классическая музыка. ***Классическая музыка*** это одно из направлений музыки, которое дало своё начало в середине 17 века и развивается до сегодняшнего дня.

* Музыка И.С. Баха оказывает ***успокаивающее и общеукрепляющее*** действие. Музыка П.И. Чайковского ***освобождает душу от страданий, неприятных воспоминаний.*** Музыка Д.Д. Шостаковича помогает держать под контролем отрицательные эмоции. ***Снять стресс*** можно благодаря произведениям Шуберта, Шопена. ***Успокоиться*** помогут «Свет луны» Дебюсси, «Аве Мария» Шуберта, прелюдии Шопена, вальсы Штрауса. «Лунная соната» Бетховена поможет ***снять раздражительность.***
* В отличие от классической музыки медики не рекомендуют долго слушать группы, играющие в ***стиле рэп, хард-рок, хип-хоп и хеви-метал, тяжелый рок.*** Хард-рок часто является причиной ***несознательной агрессии,*** рэп также пробуждает ***отрицательные эмоции,*** а хеви-метал и вовсе может стать причиной ***психических расстройств.***
	1. ***Музыкотерапия. Факты применения с древнейших времен до наших дней***

 Музыкотерапия -«исцеление музыкой», это контролируемое использование музыки в лечении, реабилитации, образовании и воспитании детей и взрослых, страдающих от физических и психических заболеваний.

Музыка Моцарта феномен в области воздействия музыки на живые организмы. Существует такое понятие, как «эффект Моцарта»:

• улучшает память и стимулирует мышление

• звуки укрепляют микроскопические мышцы среднего уха, улучшая слух

• обладает универсальным расслабляющим и успокоительным эффектом

• снимает головную боль, восстанавливает после стресса

 Многие исследователи задались целью выяснить, как же влияет классическая музыка на сознание, подсознание и здоровье детей.

«Морское путешествие» Музыкальное моделирование

Для прослушивания будут включены отрывки из следующих музыкальных произведений, ваша задача понять какие эмоции вы испытали во время, во время прослушивания можно закрыть глаза.

1. Переживание своего эмоционального состояния: «Мы на корабле. Начался шторм: паруса рвет ветер, огромные волны швыряют корабль, как щепку» (Вивальди «Шторм»)

2. Формирования состояния покоя, защищенности: «Ветер стих, море гладкое и прозрачное, как стекло. Корабль легко скользит по воде. » (Чайковский «Баркаролла»)

3. Становление конечного эмоционального состояния: «Впереди земля! Наконец-то мы дома. Как радостно встречают нас друзья и родные! ». (Шостакович «Праздничная увертюра»)

**ОБСУЖДЕНИЕ УПРАЖНЕНИЯ: КАКИЕ ЧУВСТВА И ЭМОЦИИ ВЫ ИСПЫТЫВАЛИ ВО ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ УПРАЖНЕНИЯ? МЕНЯЛИСЬ ЛИ ОНИ В ЗАВИСИМОСТИ ОБ МУЗЫКИ? ЕСЛИ ДА, ТО КАКИМ ОБРАЗОМ?**

***ВЫВОД:***

***На основе представленных литературных источников, материала Интернет-сайтов можно сделать следующие выводы:***

* *1. Музыкотерапия обладает* ***сильным психологическим воздействием*** *на человека. Она влияет не только* ***на физическое развитие*** *человека, но и на состояние нервной системы (успокаивает, расслабляет или, наоборот, будоражит, возбуждает),* ***вызывает различные эмоциональные состояния*** *(от умиротворенности, покоя и гармонии до беспокойства, подавленности или агрессии).*
* *2. Музыкотерапия должна использоваться в работе с детьми в школах с целью* ***профилактики*** *и* ***коррекции их негативных эмоциональных состояний, улучшающих их духовно-нравственный мир,*** *и способствовать физическому оздоровлению.*

***А теперь давайте перейдем к экспериментальной части нашей работы
«Влияние музыки на здоровье, учебную деятельность и эмоциональное состояние учащихся»***

***Эксперимент №1.* Анкетирование.**

 Анкетирование проводилось среди ребят 5-го класса – 8 человек.

***Цель*** - узнать отношение учащихся к музыке и проанализировать музыкальные предпочтения.

**После проведения анкетирования и обработки результатов мы получили следующее выводы:** у большей части учащихся ***положительное отношение*** к музыке ***(87%-100%),*** они любят слушать музыку и понимают, что от музыки зависит их настроение. К большому удивлению, музыкальное ***предпочтение*** наши одноклассники отдают ***классической*** музыке (***62%*** учащихся), **50*%*** учащихся увлекаются ***популярной (поп)*** музыкой и всего один одноклассник предпочитает рок музыку, что составляет **12%**.

**Эксперимент №2.**

**«Влияние определенных стилей музыки (классическая музыка, поп-музыка, тяжелый рок) на настроение школьников»**

Цель – проверить влияние классической музыки, поп-музыка, металлики на настроение учащихся**.**

Мы провели исследования с учениками разных классов. Просим вас обратить внимание на экран.

Исходя из полученных ответов на задаваемые вопросы в хоте эксперимента мы можем сделать вывод, что популярная музыка мажорного (веселого) характера, вполне способна улучшить настроение человека и поднять его эмоциональный тонус.

Тяжелый рок может оказывать негативное влияние на настроение человека, но есть и те люди, чьё настроение может подняться от прослушивания данной музыки.

Классическая музыка способна на многое, как погружать людей в ностальгию, так и помочь расслабиться и успокоиться и многое другое.

Эксперимент №3.

**«Интервью с учащимися и учителями школы»**

Цель эксперимента:

* Изучить предпочтения музыкального вкуса учащихся и учителей школы
* Выявить общие тенденции и различия в музыкальных предпочтениях
* Оценить влияние музыки на учебный процесс и общее настроении