

# **ВЛИЯНИЕ МУЗЫКИ НА ЧЕЛОВЕКА**

**ВЫПОЛНИЛА: ЭНУКИДЗЕ  
ЭММА**

**УЧЕНИЦА 9А КЛАССА**

**МБОУ «СШ ИМ.Д.И.  
КОРОТЧАЕВА»**

- **Цель:** выяснить положительное и отрицательное воздействие музыки на человека.

- **Задачи:**

- изучить теоретический материал, по проблеме влияния музыка на человека;

- провести анализ информации.

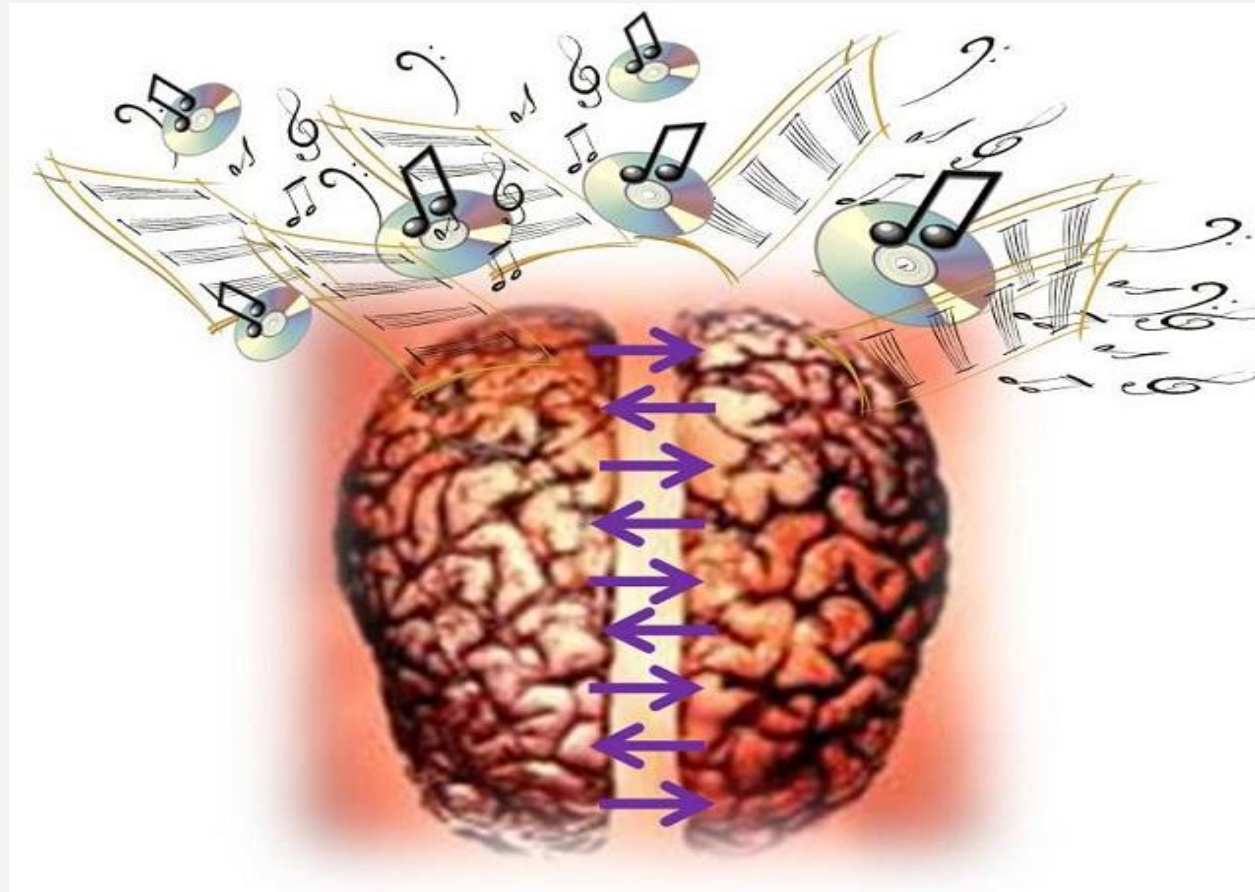
- **Гипотеза:** если духовно развивать человека средствами музыкального искусства, то это благотворно повлияет на его состояние.

# МУЗЫКА – ЭТО ВИД ИСКУССТВА

- Средством передачи настроения и чувства в музыке служат специально организованные звуки. Основными элементами и выразительными средствами музыки являются: мелодия, ритм, метр, темп, динамика, тембр, гармония, инструментовка и другие. Музыка является очень хорошим средством воспитания художественного вкуса у ребенка, она способна влиять на настроение, в психиатрии есть даже специальная музыкотерапия. С помощью музыки можно даже воздействовать на здоровье человека: когда человек слышит быструю музыку, у него учащается пульс, повышается давление, он начинает двигаться и думать быстрее. Музыка влияет на эмоциональное состояние человека – это всем известно. Она может успокаивать, смягчать и ожесточать, вызывать воспоминания, утешать боль, усиливать агрессию.

# СЕКРЕТ МУЗЫКИ

- Музыку наш мозг воспринимает одновременно обеими полушариями: левое полушарие ощущает ритм, а правое – тембр и мелодию. Самое сильное воздействие на организм человека оказывает ритм.



# ФАКТОРЫ ВОЗДЕЙСТВИЯ МУЗЫКИ НА СОСТОЯНИЕ ЧЕЛОВЕКА

Факторы воздействия музыки на состояние человека



Ритм



Громкость



Индивидуальное восприятие

# ВЛИЯНИЕ МУЗЫКИ НА ПСИХИКУ!

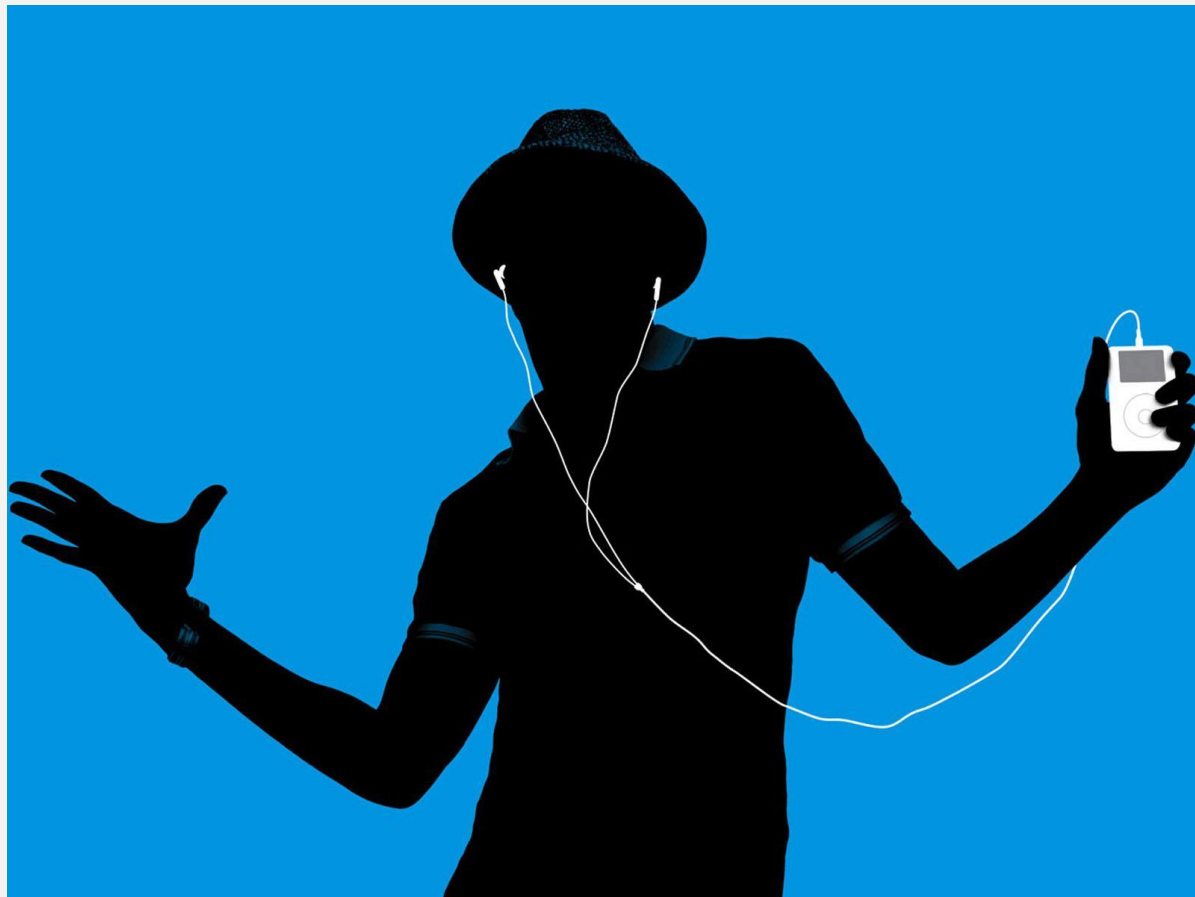
Музыка оказывает на нас огромное влияние, действуя на психику, эмоции, душу и тело. Звуки определённой тональности могут приводить человека в различные состояния, возбуждение, радость, грусть, и даже панический страх.



Музыка влияет на наше настроение, но не только. С её помощью можно даже исцелять людей или помогать им справляться с их недугами!

- Ученые пытаются понять, каково эстетическое, эмоциональное, физиологическое и биохимическое воздействие музыки на человека.

Исследования показали, что подростки, после получасового пребывания на дискотеке, **полностью теряют над собой контроль и впадают в состояние, близкое к гипнотическому.**



# ВЛИЯНИЕ БЫСТРОЙ И ГРОМКОЙ МУЗЫКИ

- Деятельность нашего организма напрямую зависит от гормонов. Они активизируют деятельность различных органов, благодаря чему изменяется наше физическое и эмоциональное состояние. При прослушивании различной музыки мозг подаёт сигналы организму производить те или иные гормоны. Быстрая и громкая музыка поднимает уровень кортизола, отчего человек становится более возбужденным, раздраженным.



# МУЗЫКОТЕРАПИЯ

- Метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека.



Терапевтический эффект этой методики базируется на частотном колебании музыкальных звуков, резонирующих с отдельными органами, системами или всем организмом человека в целом.

- Духовная и религиозная музыка очень хорошо снимает болевой синдром.

Джаз, блюз, регги поднимают настроение, избавляют от депрессивных состояний.

- Рок музыка в небольших количествах способна снять нервное напряжение и мышечную усталость. Жесткий хард-рок может вызвать у слушателей неосознанную агрессию. От неврозов и раздражительности избавляют бодрящая музыка **Чайковского, Пахмутовой, Таривердиева.**

Помогает снять стресс, сконцентрироваться, идеально подходит для занятий медитаций романтическая, создающая ощущение свободного пространства музыка **Шуберта, Шумана, Чайковского, Листа.**

Для профилактики утомляемости необходимо слушать **«Времена гада Чайковского, «Утро» Грига, романс Вечерний звон, мотив песни «Русское поле».**

Кровяное давление и сердечную деятельность нормализует **«Свадебный марш» Мендельсона.**

От гастрита вылечивает **«Соната №7» Бетховена.**

Головную боль снимает прослушивание **«Полонеза» Огинского.**

Нормализует сон и работу мозга сюита **«Пер Гюнт» Грига.**

Развитие умственных способностей у детей способствует музыка **Моцарта.**

Выводы:

Положительное влияние на состояние человека оказывает классическая музыка:

- Улучшение памяти
- Облегчение учебного труда
- Улучшение работы организма

Отрицательное влияние на человека – рок, рэп, диско-ритмы, поп-музыка:

- Разрушается работа нервной системы
- Плохое настроение
- Раздражительность
- Снижение памяти
- Ухудшение результатов учебы

Слушайте музыку на здоровье!

# ЛИТЕРАТУРА

Георгиев Ю. Музыка здоровья: Доктор мед. наук С. Шушарджан о музыкальной терапии// Клуб. – 2001. - № 6.

Готсдинер А.Л. Музыкальная психология.- М.: NB МАГИСТР, 1993.

Петрушин В. И. Музыкальная психотерапия: Теория и практика: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: Гуманит. издат. центр ВЛАДОС, 2000.

Психотерапевтическая энциклопедия <http://dic.academic.ru/>