МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №15» г. Калуга

**Сравнение влияния классической музыки и хип-хоп-музыки на поведение и настроение старшеклассников МБОУ «СОШ №15» г.Калуги**

Проектант:

**Хисамидинова Сабрина Руслановна,** учащийся 11 класса

 МБОУ «Средняя общеобразовательная школа

 №15» г. Калуги

 Руководитель проекта:

 **Ильина Дарья Александровна,** учитель истории и обществознания

 МБОУ «Средняя общеобразовательная школа

 №15» г. Калуги

г. Калуга, 2021г.

**Введение**

Музыка - это вид искусства, в котором средством воплощения художественных образов служат определенным образом организованные музыкальные звуки.

Когда на душе тоскливо, нет настроения и не с кем поделиться наболевшим, когда организм требует выплеска эмоций и одновременно источника заряда жизненной энергии, мы, сами того не ведая, включаем музыку. Одними из самых отличающихся друг от друга музыкальных жанров, являются классическая музыка и хип-хоп.

Классическая музыка – это образцовые музыкальные произведения, золотой фонд мировой музыкальной культуры. Классические музыкальные произведения сочетают глубину, содержательность, идейную значительность с совершенством формы.

Хип-хоп(рэп-музыка) – это музыкальный жанр популярной музыки, развитый афроамериканцами и латиноамериканцами, живущими в бедных районах США. Хип-хоп-музыка состоит из стилизованной ритмичной музыки, которая обычно сопровождается рэпом, ритмичной и рифмованной речью, которую произносят нараспев.

Часто, в современном мире подросткам все тяжелее и тяжелее найти общий язык со своими сверстниками, ведь интересы и характеры у всех разные. Музыка – один из факторов сближения человечества, что доказано ученными еще очень давно. Она успокаивает человека, раскрепощает его, дает возможность поделиться своими эмоциями через движения и звуки.

Таким образом, тема влияния музыки на человека всегда будет актуальной, потому что от прослушивания того или иного жанра музыки зависит поведение, настроение и здоровье человека.

Цель проекта: Сравнение влияния классической музыки и хип-хоп-музыки на поведение и настроение человека на примере старшеклассников МБОУ «СОШ №15».

Задачи проекта:

1. Собрать информацию об источниках и особенностях влияния музыки на человека.

2. Опросить учеников 11 «А» и «Б» классов МБОУ «СОШ №15» на тему того, как на них влияет классическая музыка и хип-хоп.

3. Сравнить положительные и отрицательные черты влияния классики и хип-хопа.

Объект исследования: старшеклассники МБОУ «СОШ № 15».

Предмет исследования: влияние музыки на человека.

Гипотеза: предполагается, что совместив прослушивание обоих жанров, подросток совершенствует себя.

4. Составить плейлист с той музыкой, которая может помочь ученикам 11х классов повысить свою работоспособность, подружиться и наладить отношения с одноклассниками и выработать дисциплину.

Методы исследования:

1. Теоретические:

• Анализ научной литературы;

• Методы опроса.

2. Эмпирические:

• Сравнение;

• Наблюдение за поведением и настроением ребят во время прослушивания музыки разных жанров;

• Моделирование.

Практическая значимость моей работы заключается в том, что после анализа реакции учеников на два данных жанра музыки, можно будет составить рекомендации и характеристики влияния классики и хип-хопа на поведение и настроение человека. Эти данные можно будет представить в виде плейлиста и комментариев к каждой композиции, чтобы ученики, слушая данные произведения, пополняли свои знания о той музыке, которую слушают и имели представление об особенностях влияния классики и хип-хопа на их собственный организм, поведение и настроение.

**Глава** **I.**  **Необходимые теоретические знания о музыке**

**1.1 Основные понятия музыки**

Анализируя проходящих мимо людей, вы заметите, чтобы хотя бы треть из них идут, слушая в наушниках музыку. Столь растущая популярность обосновывается легким восприятием мелодичных звуков и эффектом расслабления во время прослушивания любимых треков.

Начнем с того, что разберемся с основами установленной связи музыки с мозгом человека. Музыка — это вид искусства, в котором произведение создаётся путем сочетания разнообразных звуков. Звук — это физическое явление, возникаемое посредством звуковых волн. Звуки распределяются на музыкальные и шумовые, при этом первые имеют основную частоту колебания, а вторые определённой частоты колебания не имеют. Высота звука — это характеристика звука, показывающая частоту колебаний, по принципу «чем больше частота колебаний, тем выше высота звука» и наоборот.

Человеческий мозг умеет отличать музыку от речи или других звуков, воспринимая ее особым образом. Подобные ощущения связаны с формами активности мозга, за которые отвечают специализированные цепочки нервных клеток. Они соединяют центры удовольствия и слуха и расположены в дополнительной моторной коре, глазнично-лобной коре и верхней височной извилине. Так что проводимость мозга, в частности, связь между слуховыми и эмоциональными центрами в ответе за то, как мы воспринимаем музыку. То есть, музыка либо создает настроение, либо подстраивается под наше настроение.

Однако у каждого человека разное впечатление на одну и ту же песню. Музыкальных стилей десятки, а если учесть этнические направления и современные жанровые ответвления, их еще больше. То, что одному доставляет наслаждение, другому приносит головную боль. Музыкальный вкус объясняет область эстетики, непосредственно связанная с тем, как мы оцениваем предметы и определяем их ценность для себя. Из всего вышесказанного можно сделать вывод, что разные по частоте звуки воздействуют на людей по-разному, это связано с ритмами мозга. Когда звуковая информация поступает через орган слуха, мозг анализирует ее и сравнивает с ритмом. Ритм каждого человека течет со своей частотой. Вот почему у всех такой разный вкус к музыке. В возрасте процесс функционирования мозга замедляется, и человек быстрее воспринимает прерывания ритмичной музыки, предпочитая более спокойную и размеренную. А все потому, что мозг не успевает обрабатывать быстро меняющуюся информацию.

**1.2 Влияние музыки на поведение, формирование особенностей личности и поведения, настроение и здоровье человека**

Музыка помогает справляться с трудными жизненными ситуациями, она способна создать и поддержать нужное настроение, помогает расслабиться, а может, наоборот, зарядить энергией. «Ее влияние обусловлено психо-эмоциональным состоянием человека. Она способна положительно воздействовать и сделать человека счастливее, за счет гармонизации его состояния. В противном случае влияние музыки на человека может оказаться негативным»[[1]](#footnote-1).

Так, к примеру, музыка Баха в стиле барокко, имеет расслабляющий эффект, приводит улучшению памяти, помогает в изучении различных языков. Если ритм и звуки в произведении подчинены законам гармонии, оно является консонансом, благотворно воздействующим на здоровье и развитие человека. Также, полезна музыка природы, к примеру, шум дождя и леса, звуки океана, пение птиц - такие звуки и мелодии умиротворяют и снижают кровяное давление и стабилизируют работу сердца. Однако, очень громкие звуки вызывают существенное торможение деятельности мозга и состояние, схожее с опьянением. Особо опасна музыка с аритмией и частыми диссонансами, потому как раздражающая музыка уменьшает силу сердечных сокращений, учащает пульс, сужает сосуды и существенно повышает артериальное давление. Шумовые призвуки в музыкальном спектре серьезно вредят нервной системе, пораждая дрожь в руках, потеря остроты зрения и чувствительности слуха.

Итак, ранее я уже упоминала некоторые примеры влияния музыки на человеческий организм, однако разберем это подробнее. Мозг человека постоянно оказывает влияние на жизненно важные органы. Поэтому, каждый импульс и любые мысли, которые происходят в нашем мозге, немедленно сказывается на нашем теле. Под воздействием музыки изменяются кровяное давление, частота сокращений сердечной мышцы, ритм и глубина дыхания. Также, доказано, что прослушивая музыку во время изучения точных наук, мозг функционирует быстрее, а интеллект действует точнее и креативнее.

Ритм является очень важной частью человеческого существования, и мы должны знать, что люди ритмические существа и наши внутренние органы также управляются периодическими ритмами. Даже функции нашего мозга работают в ритме. Мозговые волны, имеют постоянный цикл и находятся под влиянием физических и психических состояний. Это само по себе помогает нам понять, почему человеческое тело зависит от музыки. «Каждый орган человека вибрирует по-своему, и его вибрации могут совпадать с ритмами и энергией определенных звуков и музыкальных инструментов. Фортепиано обладает успокаивающим эффектом и нормализует работу желудка. Баян активизирует работу брюшной полости. Звучание скрипки тонизирует сердечно-сосудистую систему. Гитара и барабан восстанавливают ритм сердца. Баян и аккордеон активизируют работу брюшной полости.»[[2]](#footnote-2) Духовная музыка несет в себе патриотизм, высокую нравственность, сострадание к живым существам, любовь к окружающему миру, чувство гармонии и внутреннего покоя.

Следует так же помнить, что быстрые ритмичные звуки, звучащие вокруг непрерывно, могут привести к головной боли, апатичному состоянию организма и ухудшению настроения. Это же касается и тягучих однообразных мелодий. Однако, многие люди слушают музыку, совершенно не задумываясь о влиянии данного жанра на человеческую психику и поведение. Не имеет значения, в какой степени это влияние проявилось, какова его особенность, к чему оно может привести, главное, что с большой уверенностью можно сказать, что это влияние, так или иначе, является фактом.

Становление личности человека неразрывно связано с тем, какого жанра музыку он слушает на протяжении всей жизни. Однако, сильнее всего музыка влияет на человека и его организм именно в детстве. Это объясняется более активной социализацией ребенка.

Первый музыкальный опыт ребёнок получает ещё в утробе матери, так как из всех способов восприятия самым острым у, ещё не родившегося, младенца является слух. Это означает, что каждый звук, голос, звон и каждая мелодия улавливается эмбрионом так же, как и взрослым человеком. Чуть позже, ребенок делает первые выводы о жизни и первые шаги. «Как только маленький человек начинает реагировать на слова близких, он слышит: «нельзя», «можно», «делай то», «не делай это», «мы знаем лучше» или, наоборот, «скажи нам, что ты хочешь». Говоря эти фразы, по-другому, воспитывая ребёнка, взрослые уверены, что формируют основную часть личности человека»[[3]](#footnote-3). Общеизвестен и тот факт, что в зависимости от того, какие именно звуки и слова слышит ребенок, зависит и его характер и его духовные особенности. Также, благодаря музыке формируется душевная составляющее человека, а так же его манера речи и мысли.

Во время пубертата ребенок чаще склоняется к уличным стилям, популярной музыке или к песням с незамысловатым и быстро запоминающимся текстом. «Слушая или любя иную музыку, маленький человек рискует выпасть из «стаи», стать чужим собственной семье, что, в его понимании, ставит под угрозу вопрос его идентификации и безопасности. Но, выбор этот делается легко и непринуждённо: авторитет родителей безоговорочен, как и их выбор»[[4]](#footnote-4). Подросток самостоятельно формирует собственные вкусы и предпочтения, которые в дальнейшем, скорее всего, изменить будет нелегко.

Как было указано выше, человек говорит и о себе, о своих внутренних пристрастиях, вкладывая в содержание произведения определенный смысл. «Музыкальное произведение в силу своей многозначности допускает очень много толкований и поэтому является удобным инструментом для исследования личности слушателя. Наши переживания нередко возникают в ответ на наше пространственно-временное нахождение в отношении к той или иной ценности. Достижения ценностей вызывает положительные переживания, а отдаление от них – отрицательные»[[5]](#footnote-5). Прослушивая грустную музыку, человеческий мозг автоматически принимает атмосферу и мы начинаем вспоминать какие-то грустные истории, картинки и собственные ощущения. Аналогично, прослушивая веселую песню, наше настроение, скорее всего, будет приподнятым, а энергия и мотивация для дальнейших дел только возрастут.

В итоге, замкнутая схема действует примерно так: жизненные ценности, личностные качества и характер формируют музыкальный вкус, музыка влияет на настроение, настроение влияет на поведение, а поведение на социализацию человека и его ценности.

Всем известен и тот факт, что музыка влияет и на настроение. Если цель музыки состоит в том, чтобы вызвать тревогу и страх, создать напряженность, как, например, в саундтреках из фильмов-ужасов, периодичность звуковых элементов и их синхронизация нарушаются. Устрашающему действию фильмы-ужасы обязаны именно музыке, а не изображению. Это можно заметить, если выключить звук: изображение будет гораздо в меньшей степени воздействовать на эмоции, чем музыка.

Однообразная же музыка обладает свойством «одурманивать» сознание. Такая музыка у многих людей вызывает раздражение, поскольку их мозг сопротивляется однообразию. Есть мнение, что длительное прослушивание однообразной музыки может привести к деградации разума, тогда как использование отдельных элементов такой музыки расслабляет и вызывает приятные ощущения.

Таким образом, музыка может многое: с ее помощью можно как улучшить, так и ухудшить здоровье, как повысить, так и понизить уровень интеллекта. Некоторые исследователи, изучающие воздействие музыки на человека, считают, что посредством музыки можно влиять на мораль, пробуждая в людях возвышенные или низменные чувства, и даже изменить темперамент либо характер, сделав из робкого и застенчивого человека решительного и инициативного.

Музыка способна повысить настроение, если она:

-состоит из многих звуковых элементов, которые периодически повторяются;

-звуковые периоды между собой синхронизированы;

-должны быть звуковые элементы, которые постоянно изменяются и зависят от основных периодов.

-если частота большинства колебаний сходится с ритмами человека.

Подводя итог, можно сказать, что огромное значение музыки в нашей жизни, воспитании и становлении как личности отрицать не стоит. «Данные, полученные многими учеными, подтверждают положительное влияние музыки на организм, но этих исследований не хватает. Нужно проводить исследования не только с медицинской, но и с социологической точек зрения, чтобы иметь полное представление о данном феномене».[[6]](#footnote-6)

**Глава II. Влияние музыки на старшеклассников**

**2.1 Сравнение влияния классики и хип-хопа на подростка**

Наиболее естественной реакцией человека на музыку является физическая активность. Так, музыка быстрого времени использовалась в военных госпиталях в качестве лечения для быстрого восстановления уставших медицинских работников и раненных солдат. Кроме того, музыка с сильным ритмом времени производит реакцию на сенсорно-двигательную систему.

В современном мире хип-хоп является одним из тех жанров, которые развиваются и все еще очень популярны. Данный жанр отличается быстрым ритмом и читкой, относительно громкими битами и текстом, который с одной стороны всем понятен, а с другой – полон отсылок. Хип-хоп помогает мозгу и организму реагировать быстрее и более четко, развивает творческое мышление, ораторские навыки, повышает самооценку подростка. Как правило, рэпер подчеркивает свою подлинность, позиционирует себя как личность, которая не носит масок, не кривит душой, и одинаково ведет себя как на сцене, так и за ее пределами. Благодаря этому рэп учит человека быть искренним и подлинным. Рэп погружает слушателя в катарсис – другими словами, дарит эмоциональную разрядку, избавляет от тревожности. Если вы в плохом настроении, или просто устали после трудного дня, включите любимый трек на полную громкость и погрузитесь в биты своих любимых песен. В своём исследовании, основанном на данных полученных в США, доктор Тревис показал, что несмотря на негативные ассоциации, многие с тех, кто слушает хип-хоп, считают, что он раскрепощает. Если конкретней: польза для индивидуального психологического здоровья в областях таких как совладение со стрессом, эмоциями, личностью и личностным ростом, может помочь развить жизнестойкость в обществе.

Однако произведения данного жанра пишутся в основном на низких частотах. Исследования показали, что звуки низкой частоты оказывают долю негативного воздействия на человека. Они вызывают усталость, депрессию или воспринимаются как угрожающие, например гром, разрушение здания. Повторяющийся ритм и низкочастотные гитарные звуки оказывают влияние на состояние спинномозговой жидкости и на функционирование желёз, регулирующих секреты гормонов, изменяется уровень инсулина в крови, уровень самоконтроля резко снижается или полностью отсутвует, они постепенно разрушают "настройку" человека, если лирика трека является некачественной, аморальной и бессмысленной.

Классическая музыка – это всегда чарующие мелодии, созданные талантливыми авторами, которых справедливо называют композиторами-классиками. Их произведения уникальны и всегда будут востребованы исполнителями и слушателями. Классической, с одной стороны, принято называть строгую, глубокосодержательную музыку, не относящуюся к направлениям: рок, джаз, народная, эстрадная, шансон и т. п. С другой стороны, в историческом развитии музыки есть период конца XIII - начала XX века, называемый классицизмом. Классические темы отличаются возвышенной интонацией, изысканностью, разнообразием оттенков и гармонией. Они положительно влияют на эмоциональное мировосприятие взрослых и детей.

 Ученными доказано, что такая музыка чаще всего влияет на подростков в большей части положительно. Дело в том, что в данном жанре почти всегда задействованы естественные звуки музыкальных инструментов и организм почти не напрягается. Песни инструментальных жанров развивают в ребенке детальное воображение, оригинальность, художественную натуру и активизируют мозговую деятельность. Также, подобные высокочастотные звуки повышают уровень энергии, вызывают радость и хорошее настроение, улучшают память, стимулируют процессы мышления и снимают мышечное напряжение. Из-за своего неспешного ритма классика приводит к успокоению, но при этом не парализует умственные процессы. Мажорный лад, запоминающиеся темы, обилие струнных инструментов — всё это позволяет человеку расслабиться и избавиться от неприятных мыслей.

Сравнив особенности двух данных жанров, я пришла к выводу, что прослушивая одновременно классику и хип-хоп, человек способен поменять себя самого, свое настроение и поведение в лучшую сторону. Хип-хоп подготовит подростка к суровому миру, научит его основам морального «выживания», приучит быть настоящим и любить себя. В то время как классическая музыка наделит ребенка творческими способностями, научит более тонко отслеживать эмоции людей, повысит моральный дух и научит испытывать особо важные, сложные чувства, например, любовь, сострадание и героизм.

**2.2 Составление музыкального альбома и комментирование каждой песни**

В качестве продукта я представлю плейлист, состоящий из тех классических и хип-хоп композиций, которые помогут ученикам одиннадцатых классов МБОУ «СОШ №15» создать здоровую, уютную атмосферу в коллективе и вокруг себя, а также повысить уровень настроения, успокоить и уравновесить его.

Продукт проекта:

(чтобы открыть плейлист, отсканируйте qr-код с помощью телефона)

****

1. Botticelli Trio - Шторм (Третья часть из концерта "Лето" цикла "Времена года")
* Призывает слушателя зациклиться на чем-то важном
* Пробуждает интерес к музыкальным инструментам
* Повышает чувство собственного достоинства
1. Романс - Вторая часть из серенады соль мажор, K. 525
* Способствует уютной атмосфере в компании
* Успокаивает мозг
1. Caprice n°24 - Régis Pasquier
* Пробуждает чувство ритма
* Повышает работоспособность
* Улучшает настроение
1. Пришла весна (Первая часть из концерта "Весна" цикла "Времена года")
* Успокаивает бушующую натуру подростка
* Способствует сближению подростков за счет ритма, похожего на вальс
1. Полонез, g-moll (исп. И.Залуский, фортепиано)
* Пробуждает в подростке любовь и гармонию
* Повышает настроение
1. Щелкунчик. Вальс цветов (исп. Берлинский Фестивальный Оркестр, дирижер В. Петрошов)
* Способствует сближению подростков за счет популярности
* Пробуждает чувство ритма
* Помогает понять такое чувство, как любовь
1. Симфония №40 (исп. Венский филармонический оркестр, дирижёр Вильгельм Фуртвенглер)
* Повышает работоспособность
* Вызывает приятные эмоции
1. Танец из оперы "Орфей и Эвридика" (исп. Я.Балин, флейта)
* Успокаивает подростка
* Создает ощущение легкости
1. Канон - Иоганн Пахельбель
* Воспитывает в человеке чувство прекрасного
* Способствует внутренней гармонии человека
1. Готическая Сюита (исп. Питер Харфорд, орган)
* Успокаивает мозг и тело
* Позволяет задуматься о важных вещах
* Помогает сосредоточиться на учебе
1. Get To It (feat. Ron Browz & Makarel)
* Пробуждает чувство лидерства
* Сближает за счет ритмичности и легкости
* Мотивирует на работу
1. Boom! Shake The Room
* Сближает за счет ритмичности и популярности
* Повышает настроение
* Создает ощущение легкости
1. A Day in My Life
* Помогает расслабиться
* Способствует концентрации внимания
1. LLC
* Мотивирует на работу
* Повышает самооценку
1. Girl Of My Dreams
* Учит чувству любви и симпатии
* Улучшает настроение
* Сближает за счет популярности и интересному звучанию
1. Cheese & Wine
* Создает ощущение легкости
* Помогает расслабиться и освободить мозг
1. Like Money
* Возвращает в прошлое
* Повышает самооценку
1. LIFTED
* Сближает за счет незамысловатой лирики
* Повышает самооценку и чувство собственного достоинства
1. Eat You Up
* Улучшает настроение
* Сближает благодаря ритмичности и популярности
1. foam fighterz
* Помогает расслабиться
* Позволяет человеку чувствовать себя более свободно

**Глава III. Заключение**

Таким образом, я пришла к выводу, что музыка – это неотъемлемая часть нашей жизни. В самом начале проекта я предположила, что подросток, объеденив прослушивание хип-хопа и классической музыки, может усовершенствовать себя и к концу своего проекта я доказала, что так оно и есть. Прослушивание различных композиций воздействует на выработку дофамина, соответственно, занятия музыкой оказывают положительное влияние на развитие человека. Между правым и левым полушариями распределяются психические функции, улучшается моторика, усиливается концентрация внимания, повышается уровень здоровья в какой-то степени и тд.

Следует также отметить, что прослушивание влияет не только на одного человека, но и на компанию людей и отношения между ними. К примеру, схожие вкусы в музыке могут помочь подростку подружиться со сверстниками; заводная, веселая музыка повысит настроение подростков на вечеринке и поможет раскрепоститься; спокойная мелодия послужит утешением.

Музыка окружает нас еще с самых древних времён. Звукам, которые первобытные люди слышали вокруг, придавали особое значение, а со временем научились извлекать мелодии из первых музыкальных инструментов. Самым первым и древнейшим музыкальным инструментом был человеческий голос. Он завораживал, пугал, очаровывал слух. Сейчас существуют тысячи удивительных инструментов и миллиарды различных звучаний. Каждый звук в нашей жизни влияет на нас тем или иным способом, ведь от музыки никуда не деться. По итогу, слушая музыку, человек способен совершенствовать окружающих и людей и самого себя.

1. Богатырева Ж.В., Шутилова М.Ф. Влияние музыки на человека // Современные наукоемкие технологии. —2013. — №7(2). — С. 181-183 [↑](#footnote-ref-1)
2. Глаголова, А. В. Влияние музыки на здоровье человека / А. В. Глаголова, Е. Н. Прохорова. — Текст : непосредственный // Юный ученый. — 2016. — № 6 (9). — С. 94-95. — URL: https://moluch.ru/young/archive/9/567/ (дата обращения: 19.04.2021). [↑](#footnote-ref-2)
3. Каргополов И. С. Роль музыки в становлении личности подростка // Молодой ученый. — 2018. — № 12 (198). — С. 157-159. — URL: https://moluch.ru/archive/198/48864/. [↑](#footnote-ref-3)
4. Каргополов, И. С. Роль музыки в становлении личности подростка / И. С. Каргополов. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2018. — № 12 (198). — С. 157-159. — URL: https://moluch.ru/archive/198/48864/ (дата обращения: 19.04.2021). [↑](#footnote-ref-4)
5. Петрушин В.И. Музыкальная психология: учеб. пособие. — М.: Владос, 1997. — 384 с. [↑](#footnote-ref-5)
6. Киселева, Д. Р. Влияние музыки на человека / Д. Р. Киселева. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2019. — № 20 (258). — С. 428-430. — URL: https://moluch.ru/archive/258/59041/ (дата обращения: 19.04.2021). [↑](#footnote-ref-6)