

Ничто так не отличает нынешнее поколение, как его поглощенность музыкой. Огромное число молодых людей сегодня живет исключительно ею. Это их страсть. При этом многие стали менее отзывчивыми к чувствам других, происходит резкое увеличение количества детей с различными формами нарушений психоэмоциональной сферы, и как следствие, разрушаются ценностные ориентиры, утрачивается связь между поколениями, изменяются стереотипы поведения.

Сегодня перед школой стоит важная задача – создание условий для сохранения здоровья учащихся. Я считаю, что при грамотно продуманной системе музыкального воздействия, возможно достижение положительных изменений в сторону улучшения психического здоровья учащихся.

Авторская разработка урока музыки для 7 класса

Тема урока «Влияние музыкального искусства на психическое здоровье человека»

Цель: изучить влияние музыкального искусства на психическое здоровье учащихся.

Задачи:

1. Расширить представления обучающихся по проблеме влияния музыкального искусства на психическое здоровье человека.
2. Развивать креативные способности учащихся, их умения анализировать, синтезировать, размышлять о влиянии музыкального искусства, делать самостоятельные выводы.
3. Провести исследование изменений состояния, эмоций, воображения, мышления, двигательной активности детей под влиянием различных музыкальных примеров.

Тип урока: исследовательский урок - практикум.

Урок предполагает формирование следующих ключевых **компетенций обучающихся:**

- ✓ *общекультурные* (через знакомство с национальной культурой - духовно-нравственные основы жизни русского человека);
- ✓ *учебно-познавательные* (через самостоятельную познавательную деятельность при подготовке сообщения, доклада, материалов к презентации по теме урока);
- ✓ *информационные* (через владение современными средствами информации поиск, анализ и отбор необходимой информации, ее преобразование, сохранение и передача);
- ✓ *коммуникативные* (через навыки работы в группе, коллективе, владение различными социальными ролями).

Методы обучения: проблемный, частично-поисковый, вопросно-ответный, наблюдение, анкетирование, тестирование, объяснительно-

иллюстративный, анализ диагностических данных, проведение констатирующего и обучающего экспериментов, ИКТ,

Оборудование урока: технические средства обучения (компьютер, мультимедийный проектор, синтезатор, радиосистемы), секундомер; мультимедийная презентация, бланки для анкетирования и анализа, листы для тестирования, дидактические материалы (словарь терминологии, тексты песен для анализа).

Ход урока

Организация начала урока	<p>Построение класса, сдача рапорта о готовности к уроку музыки (традиционно для всех кадетских классов).</p> <p>Здравствуйте, ребята! Сегодня вас ждет необычный урок музыки, это будет – увлекательное исследование. Прежде чем мы начнем, скажите, влияет ли музыка на людей? <i>(ответы ребят - да, конечно: она улучшает настроение, можно почувствовать прилив сил, энергии, а можно испытать чувство грусти, страха, злости)</i>. Как вы считаете, может ли музыка влиять на здоровье человека? <i>(наверно может, если настроение улучшается, то и самочувствие будет лучше и наоборот)</i>. Тема нашего исследования: «Влияние музыкального искусства на психическое здоровье человека». (Слайд 1)</p> <p>Возьмите словари терминологии и прочтите, что такое психическое здоровье. (Слайд 2)</p> <p>Вам предстоит сегодня побывать в разных качествах – экспертами, исследователями, объектами для исследования. Но прежде чем мы начнем экспериментировать с музыкой, давайте выдвинем гипотезу нашего исследования. (Слайд 3) <i>(Музыкальное искусство может оказывать как положительное, так и разрушительное влияние на психическую деятельность и поведение учащихся, влиять на формирование их духовной культуры)</i>.</p> <p>Изучим теоретический аспект данной темы.</p>
Введение в тему	<p>(Слайд 4) Уже в далёком прошлом человечество знало о влиянии музыки на дух, на интеллект, на физическое тело. Культуру, какой бы страны мы ни взяли, везде можем найти сведения об использовании музыки, в основном в целях нормализации душевного состояния людей. В колыбелях человеческой цивилизации — Китае, Индии, Египте и древней Греции врачи и жрецы, философы и музыканты использовали музыку для врачевания. Музыка применялась в храмах для лечения нервных расстройств, она находилась в прямой связи с астрономией и математикой. И, конечно же, любое языческое действо не обходилось без пения, танца и музыки. Согласно воззрениям древних, каждому ритму</p>

<p>Выступление докладчика из числа учащихся</p>	<p>пульса соответствовало то или иное заболевание, а ритмы эти располагались по порядку музыкальных чисел. Семь нот музыки взяли своё начало из культуры древнего востока, где оно символизировало совершенство и чистоту. Выдающийся Аристотель (Слайд 5) также утверждал, что музыка способна оказывать влияние на эстетическую сторону души. Пророк Давид (Слайд 6) своим пением и игрой на кифаре излечил библейского царя Саула от приступов тяжелой депрессии. Одно из самых известных преданий – это легенда о Пифагоре (VI в. до н. э.), (Слайд 7) который песней усмирил юношу, собравшегося поджечь дом, где была заперта его возлюбленная. Пифагор и его последователи создали даже особое учение, согласно которому музыка может управлять душой человека, пробуждая в ней добро или зло.</p> <p>Музыка спланивала людей в едином эмоциональном порыве, внушала им уверенность в победе, помогала пережить скорбь о погибших в бою. Знаменитый русский полководец А.В. Суворов (Слайд 8) говорил: "Музыка удваивает, утраивает армию. Музыка в бою нужна и полезна. С распущенными знаменами и громогласной музыкой я взял Измаил".</p> <p>«Музыка не только фактор облагораживающий, воспитательный. Музыка — целитель здоровья» (В.М Бехтерев), (Слайд 9) русский ученый, который в начале XX века создал «Общество для выяснения лечебного значения музыки». Французский композитор Марена Маре (Слайд 10) лет 200 назад писал музыку, посвященную болезням: Цикл из 12 сонат был предназначен для лечения подагры, соната для альты и клавесина использовалась для сопровождения операций.</p> <p>Нравится нам это или нет, но музыка сегодня - главный компонент жизни для большинства людей. Она определяет их решения и поставляет им кумиров. Узбекский учёный Мирзакарим Норбеков (Слайд 11) установил: здоровье зависит от эмоционального центра человеческого организма. Он подчёркивает: "Хаос не в мире, он внутри нас". И именно музыка может внести как гармонию, так и дисгармонию в психическую сферу человека.</p> <p>По вопросу механизма воздействия музыки на человеческий организм я просила подготовить небольшой доклад (ФИО ученика). <u>Ученик:</u> <i>Для того чтобы объяснить механизм воздействия музыки на человеческий организм, необходимо рассмотреть, как человек воспринимает звук.</i></p> <p><i>Звуковые колебания воспринимаются либо через органы слуха, (Слайд 12 «Образование звука») передающие</i></p>
---	---

полученную информацию в особые участки мозга, либо колебания определённой частоты напрямую воздействуют на функционирование отдельных органов и организма в целом. В первом случае мозг, в зависимости от полученной информации, направляет органам сигналы, возникающие под её влиянием. Во втором случае каждый орган работает в своём особом режиме, биоритмы работы любого здорового органа лежат в определённом диапазоне частот, общем для подавляющего большинства людей.

Европейские ученые отмечают, что воздействия музыки зависит не только от ее характера, но и от музыкального инструмента, на котором ее исполняют. Если знать, с каким инструментом в унисон звучит сбившийся с ритма орган, и регулярно слушать исполняемую на нем музыку, ритмы «исцеляющего» инструмента помогут организму человека вновь обрести прежнее «звучание» (Слайд 13 «Музыкальный инструмент – орган тела »).

Музыка оказывает воздействие одновременно по нескольким направлениям.

Они проявляются в ритме (или темпе) музыки, то есть в количестве ударов (тактов) в минуту. Так, ритм вальса составляет около 50-80 ударов в минуту, иными словами около 1 Гц. Музыка, предназначенная для релаксации и медитации, имеет гораздо более медленный ритм. Рок-н-ролл и родственные ему музыкальные формы имеют около 120 ударов в минуту, то есть около 2 Гц. Впрочем, в последнее время всё большее распространение получают музыкальные направления, где частота ударов в минуту достигает 240, то есть приближается к 4 Гц. Образно говоря, она – прямой удар непосредственно по мозгу (недаром такую музыку слушают с целью “сноса крыши”), по желудочно-кишечному тракту. Также эта частота затрагивает сердечно-сосудистую, иммунную и нервную системы.

Ощущения, возникающие при прослушивании такой музыки, аналогичны тем, которые вызывает алкогольное и наркотическое опьянение.

Учитель: (Слайд 14) чрезмерно агрессивная и мощная музыка пагубно воздействует не только на психическое здоровье, но и на весь организм человека. Но почему же мы стремимся вновь испытать то особое наслаждение, которое граничит с разрушением, уничтожением? Это связано со стремлением снять социальные запреты, психологические комплексы, физиологическое напряжение. Чем больше у

<p>Практикум</p>	<p>человека проблем, тем более сильное средство он ищет, чтобы защититься от них. Агрессивную музыку он выбирает, как панацею от всех бед и проблем не понимая, что постепенно попадает в зависимость от нее.</p> <p>Настало время проверить теорию о пользе и вреде музыки: действительно ли ее влияние на психическое здоровье так велико?</p>
<p>Анкетирование</p>	<p>Для проведения опытно – экспериментальной работы нам нужно выбрать экспертов (6 человек): одни будут наблюдать, фиксировать изменения пульса во время слушания разных музыкальных фрагментов, делать аналитические заключения, а другие будут обрабатывать и анализировать полученную информацию из анкет и тестов.</p>
<p>Тестирование</p>	<p><i>Задание 1.</i> Ребята, ответьте на вопросы анкеты: 1. Нравится ли тебе слушать музыку? 2. Меняется ли твоё настроение, когда слушаешь музыку? 3. Нужна ли музыка в повседневной жизни? 4. Какой из прослушанных фрагментов произвел на тебя большее впечатление?</p>
<p>Слушание музыки Моцарт «Маленькая серенада», «Калинка» р.н.п., Рок - музыка</p>	<p>Для выполнения следующего задания пройдите за приготовленные для вас столики (<i>на столах альбомные листы, цветные карандаши, фломастеры</i>).</p> <p>Прослушав несколько музыкальных примеров, нарисуйте декорации для сцены, на которых бы выступили музыканты, играющие тот или иной музыкальный фрагмент. (Слайды 14,15,16) (<i>Слушаем и рисуем. Во время эксперимента эксперты внимательно наблюдают за слушателями, измеряют пульс во время звучания музыки, затем, собрав анкеты, делают свои заключения - по анкетированию, рисункам, эмоциональному реагированию на музыку</i>).</p>
<p>Сообщение результатов опроса учащихся старших классов Ритмирование</p>	<p>Пока эксперты готовят заключения, вашему вниманию предлагаем данные проведенного накануне опроса старшеклассников (<i>данные уже заложены в презентацию, выступают учащиеся</i>). (Слайд17).</p> <p><i>Выполнение учащимися упражнений на концентрацию, активизацию умственной деятельности, позитивного настроя на работу</i></p>
<p>Исполнение</p>	<p>Песня является самой распространенной и популярной формой выражения состояния души. В песнях отражаются характеристики человека и общества, прошлое, мечты о будущем.</p>
<p>Распевание Песня «Кадетский марш»</p>	<p>Давайте распоемся. (Исполняем небольшие вокальные упражнения по схеме). (Слайд18)</p> <p>Давайте встанем и дружно исполним знакомую нам всем песню «Кадетский марш». В каком характере будем</p>

<p>Закключение <u>Выступление</u> <u>экспертов</u></p> <p>1 группа (анкетирование)</p> <p>2 группа (наблюдение за эмоциональным состоянием, поведением, измерение пульса)</p> <p>3 группа (тестирование)</p>	<p>исполнять? (<i>торжественно, патриотично</i>). (Слайд 19)</p> <p>Вы все - эксперты, сделаете анализ 2-х текстов песен (Слайд 20) изучают тексты, выражают свое мнение. (<i>В песне «Кадетский марш», образ мальчишек позитивный. Они укрепляют физическое здоровье, получают образование, проявляют патриотизм. В «демократической» песне дети ориентированы на легкую жизнь: не собираются соблюдать законы, чувствуют себя королями в ночное время. Стремлений стать мужчинами, тружениками нет.</i>)</p> <p>Настало время дать слово нашим экспертам и узнать результаты эксперимента).(Слайд 21)</p> <p>1. По результатам анкетирования мы сделали вывод о положительном отношении ребят к музыке, у всех учащихся есть потребность в общении с музыкой.</p> <p>Отвечая на 4 вопрос, многие ответили, что большее впечатление на них произвел фрагмент № 3. Но уточняли, что это «страшная» музыка. <u>Вывод:</u> учащиеся в обеих группах понимают значение музыки в жизни.</p> <p>2. Во время прослушивания того или иного фрагмента мы выяснили, как музыка влияет на эмоциональное состояние и на поведение учащихся. Так во время звучания «Маленькой серенады» Моцарта заметили, что ребята с большим удовольствием, «как зачарованные», слушают классическую музыку. В классе царил спокойная, гармоничная обстановка. Когда зазвучала «Калинка» было заметно, как у всех приподнялось настроение, на лицах многих появилась улыбка, некоторые дети даже начали пританцовывать на местах. Но стоило зазвучать роковой музыке, как сразу же в классе наступило всеобщее возбуждение, даже некоторая агрессия, сразу куда-то исчез порядок в классе, рабочая атмосфера улетучилась. Приходилось успокаивать класс, приводить в порядок дисциплину.</p> <p>Мы решили выяснить: происходит ли изменение пульса при слушании музыки. Получены следующие результаты: у учащихся учащается пульс, изменяется поведение.</p> <p><u>Вывод:</u> музыка оказывает яркое эмоциональное воздействие на слушателей.</p> <p>Ребятам было предложено нарисовать декорации к фрагментам: «Маленькая серенада» Моцарта, «Калинка» русская народная песня и песня группы «System of a Down»).Анализируя рисунки, мы обращали внимание не на качество рисунков, а на их цветовое решение: к фрагменту с произведением Моцарта большинство детей использовало светлые, пастельные тона красок - голубой, розовый,</p>
--	--

Итог (учитель)

зеленый, желтый. К «Калинке», учащиеся использовали яркие, насыщенные цвета – красный, оранжевый, желтый, синий, зеленый. На декорациях к «System of a Down» ребята увидели мрачные, даже агрессивные тона – коричневый, черный, малиновый, фиолетовый.

В результате анализа мы делаем вывод, что прослушивание классической и народных композиций оказывает более благоприятное воздействие на психическое состояние ребят, тогда как рок музыка навязывает более мрачное и тревожное настроение.

Таким образом, было получено подтверждение нашей гипотезы: музыкальное искусство может оказывать как положительное, так и разрушительное влияние на психическую деятельность и поведение учащихся, влиять на формирование их духовной культуры.

Во время проведения исследования нами было выявлено, что: (Слайд 22)

➤ воздействие музыки на учащихся зависит от их вкусов и предрасположенности: мелодии, которые субъективно нравятся, способствуют нормализации психического состояния, в то время как нелюбимая музыка дает противоположный эффект;

➤ по-разному влияет на нас мажорная и минорная музыка. Мажорная вызывает светлое и радостное настроение, минорная же связана с грустью, печалью;

➤ народная музыка способствует снижению тревожности и неуверенности.

Рок музыка - утрачивается контроль над способностью к сосредоточению; ослабляется контроль над умственной деятельностью и волей; доминируют, порывы к разрушению, вандализму, мятежу;

Такая музыка вредна для духовного, психического и физического здоровья и от нее нужно защищаться. (Слайд 23)

Так же, в результате проведенного исследования, мы поняли, что музыка - это столь прекрасное, будоражащее и неоднозначное искусство, и у нас есть, замечательные песни, выдающиеся, истинно народные артисты и музыка, оказывающая благотворное, исцеляющее влияние на психическое здоровье человека.

Жизнь обладает бесконечной ценностью и требует такой же бесконечной ответственности, которой нам всем порой так не достает. Помочь в этом может опыт общения с

<p>Домашнее задание</p>	<p>музыкальным искусством, особенно с национальным - родным и близким. Будьте разборчивы в выборе, защищайтесь от отрицательных воздействий!</p> <p>(Слайд24). Предлагаю вам перечень музыкальных произведений, которые вы (по выбору) слушаете дома и проверите, будут ли происходить положительные изменения в сторону улучшения вашего самочувствия. Составьте отчет– самонаблюдение, для которого вы так же можете использовать предлагаемые высказывания известных людей о влиянии музыки. (Слайд 25).</p> <p>Спасибо за внимание.</p>
-------------------------	---