

Оценка влияния различных типов музыки на концентрацию внимания и кратковременную память подростков

А.А.Бабушкина

Научный руководитель

Л.Н.Халупенко

МАОУ «СОШ № 3 им. Героя РФ В.С. Паламарчука», Гусев, Россия

E-mail: annabba888@gmail.com

Музыка сопровождает человека в повседневной жизни, однако её влияние на когнитивные процессы часто недооценивается. Меня заинтересовал вопрос, как различные звуковые стимулы влияют на концентрацию внимания и кратковременную память подростков 13–17 лет. Эта возрастная группа выбрана потому, что многие школьники выполняют домашние задания под музыку, а повышение эффективности и скорости работы для них особенно актуально.

Целью исследовательской работы стало изучение влияния различных звуковых стимулов (музыкальные жанры, тишина, белый шум, звуки природы) на концентрацию внимания и кратковременную память подростков. Для достижения цели были поставлены следующие *задачи*: изучить литературу по «эффекту Моцарта» и влиянию музыки на когнитивные процессы; разработать анкету для учащихся 8–9 классов с целью выявления их музыкальных предпочтений и субъективной оценки влияния музыки; провести эксперимент с той же группой для оценки скорости и точности выполнения заданий при разных звуковых условиях; проанализировать результаты и определить наиболее эффективный звуковой стимул; подготовить практические рекомендации.

Работа включала несколько *этапов*: теоретическое изучение проблемы; проведение анкетирования; разработку заданий и эксперимент; анализ полученных данных; формулирование выводов и создание рекомендаций в виде буклета.

В *результате* исследования было установлено, что разные звуковые стимулы по-разному влияют на когнитивные процессы. Наиболее благоприятное влияние на концентрацию внимания и кратковременную память оказала классическая музыка. Этот эффект известен как «эффект Моцарта» и проявляется в кратковременном улучшении когнитивных функций при прослушивании произведений данного жанра.

Также было выявлено, что популярная музыка чаще отвлекает и снижает эффективность выполнения заданий. Проведённый эксперимент среди учащихся 8–9 классов подтвердил данные выводы. На основе результатов исследования был разработан буклет с рекомендациями для школьников по выбору звукового сопровождения при выполнении учебных задач.

Возьмите на заметку:

- 1) Правильно подобранный звуковой фон может служить доступным и действенным способом повышения успеваемости у подростков и детей.
- 2) Классическая музыка оказывает положительное влияние на когнитивные процессы жизнедеятельности человека.