

Содержание

Введение

1. Правила выбора функциональной музыки
2. Время, когда не стоит использовать функциональную музыку
3. Функциональная музыка как средство повышения работоспособности человека

Список литературы

Введение

В качестве средства для снятия нервно-психического напряжения, борьбы с утомлением, восстановления работоспособности довольно успешно использовать такое средство, как функциональная музыка. Функциональной музыкой называют музыкальные трансляции на производстве, организованные по специальной программе, с целью активации работоспособности рабочих. Основой благоприятного эффекта музыки является вызываемый ею положительный эмоциональный настрой работника, необходимый для любого вида работы.

Правила выбора функциональной музыки

Наиболее уместным является применение функциональной музыки в массовом и крупносерийном производстве с конвейерно-поточной организацией труда на простых работах, характеризующихся монотонностью, стабильностью, ритмичностью, небольшой и равномерной физической нагрузкой в течение смены, однообразной и ограниченной нагрузкой.

Выбор музыкальных передач зависит от характера труда. В случае выполнения сложных работ, требующих определенного напряжения внимания, музыка должна быть более спокойной, фоновой, инструментальной. Для работ, требующих размышления, – сдержанная, мягкая, ненавязчивая, легкая. Для хозяйственных работ – веселая, бодрая и яркая музыка. Для рутинной бумажной работы – легкая, приятная, мирная. Управленческим работникам – тихая мелодичная музыка легких жанров.

Функциональная музыка эффективно используется в качестве профилактики и борьбы с состоянием монотонии, возникающим при однообразной работе. При применении функциональной музыки в условиях монотонности необходимо принимать во внимание следующие моменты:

1. Функциональная музыка проводится в виде 6 – 10 передач продолжительностью по 10 – 20 минут каждая на протяжении всей рабочей смены; короткие музыкальные паузы (5 – 7 минут) через каждый час работы играют роль временных отрезков, с помощью которых восьмичасовая смена субъективно дробится на ряд временных промежутков.
2. Музыкальные передачи должны содержать произведения разных жанров. Эффективны популярные, бодрые, ритмичные произведения и эстрадно-танцевальная музыка;
3. Музыка подбирается с учетом текущих изменений состояния рабочих и кривой их работоспособности на основе изучения физиологических особенностей работников предприятия;
4. Содержание программ должно меняться, обеспечивая настрой организма на трудовую деятельность в начале рабочего дня и тонизирующего его в последующие часы;
5. Часть передач можно составлять по заявкам работающих, с учетом их предпочтений.

Время, когда не стоит использовать функциональную музыку

Однако, несмотря на все положительные свойства функциональной музыки, ее не рекомендуется применять при выполнении некоторых видов работ. К ним относятся такие работы, которые требуют повышенной сосредоточенности и концентрации внимания и умственные работы, занимающие более 70% рабочего времени, а так же работы, выполняемые при большой напряженности, в непостоянных рабочих местах и в неблагоприятных санитарно-гигиенических условиях внешней окружающей среды. Нужно учитывать, что функциональная музыка оказывает положительное воздействие только при грамотной дозировке как громкости, так и продолжительности

трансляции. Применение функциональной музыки в производстве должно быть строго научно обосновано, иначе она не даст положительного эффекта, или же эффект может оказаться негативным. Чтобы добиться максимально полезного эффекта от использования функциональной музыки, необходимо правильно составить программу, в которой должны учитываться характер работы сотрудника, музыкальные пристрастия, расписание его рабочего дня и помещение, в котором он работает.

Заключение:

В качестве одной из гипотез, в определенной степени объясняющей психологические механизмы управления темпом и ритмом деятельности человека, предлагалось принять предположение о том, что музыка вызывает возникновение зрительных образов движения, что способствует формированию определенного ритмического рисунка моторной активности.

Анализируя феноменологические данные о влиянии трансляции музыкальных программ на состояние работающих, исследователи отмечают наличие выраженных позитивных эффектов. Многие исследования показывают, что музыкальные программы, подобранные с учетом специфики труда, являются чрезвычайно эффективным средством борьбы со стрессовыми реакциями и предотвращения нервно-эмоциональных срывов.

Библиографический список

1. Антонова В.Л. Трудовая деятельность как основная категория эргономики / В.Л. Антонова, А.А. Рабцевич // Молодой ученый. – 2014. – №3(62). – С.515-516.
2. Асеев В.Г. Преодоление монотонности труда в промышленности. М., 1974. – 184с.
3. Безопасность жизнедеятельности. Учебник для вузов // С.В. Ильницкая, А.Ф. Козьяков и др.; Под общ. ред. С.В. Белова. – М.: Высшая школа, 1999. – 448с.
4. Гольдварг И.А. Музыка на производстве. – Пермь: Кн. изд-во, 1971. -110 с.