

**Новые ориентиры использования музыки
в практике дошкольного воспитания
С.П. Нечай, РВУЗ «КИПУ», Симферополь, Украина**

The problem of using the music in the professional activity of a pre-school teacher is given in the article. The potential of music in the strengthening the health, in the development of the physical capacities, psychological functions and the intellectual abilities of a child is observed in the given article. The question of the necessity to review the attitude to the music as to the one of the means of the pedagogical influence on the pre-school child during the process of the professional training of the future teachers in the High Educational Establishments is called.

Профессиональная деятельность воспитателя дошкольного учреждения полифункциональна по своему характеру. Практически он осуществляет всю обучающую, развивающую и воспитывающую работу с детьми, самыми разнообразными средствами и по всем направлениям. Вместе с тем, в практике дошкольного воспитания есть область, в которую воспитатель дошкольного учреждения фактически не вторгается. Это область – музыкальное развитие ребенка. Наличие в детском саду специально подготовленного специалиста – музыкального руководителя, не предполагает подготовки самих воспитателей к использованию музыки в повседневной работе с детьми. Использование музыки на занятиях, кроме музыкальных, свободная музыкальная деятельность детей стали редким исключением в практике работы дошкольных учреждений.

Огромный потенциал музыки не рассматривается не только в практике работы дошкольных учреждений, но и в содержании подготовки будущих воспитателей в высших учебных заведениях. Музыка и музыкальное развитие детей не попадают в поле профессиональных задач и средств осуществления профессиональной деятельности, к которым готовят будущих воспитателей в высшем учебном заведении.

Следует заметить, что сложившаяся ситуация вполне устраивает воспитателей, которые считают себя свободными от музыкального развития детей, недооценивают значение музыкального воспитания в педагогической работе, не проявляют сами интереса к музыкальной деятельности и не умеют вызвать интереса у детей, что негативно отражается на целостности как музыкального так и общего развития личности ребенка – дошкольника. Одним из путей изменения данной ситуации, на наш взгляд, является осмысление потенциала музыки с точки зрения ее развивающих возможностей и внесение на этом основании корректив в содержание подготовки воспитателей дошкольного учреждения к профессиональной деятельности.

Давно известно и общепризнано, что дошкольный возраст – один из наиболее ответственных периодов в жизни каждого человека. Именно в этом возрасте закладывается и укрепляется фундамент здоровья и развития физических качеств, что, в свою очередь, создает условия для дальнейшего активного и направленного формирования и развития психических функций и интеллектуальных способностей ребенка. Здоровье – это, прежде всего, здоровые мысли и здоровые ритмы нашего организма. Такой подход демонстрируют мудрецы древности, к этому приходит современная наука.

С древних времён известно, что все во вселенной пребывает в состоянии вибрации. Вибрирует все – от планетарных орбит в Солнечной системе до электронов в атомах. Вибрация – это колебание какой-то структуры с моментами напряжения и расслабления. Любой звук – это вибрация. И музыка, прежде всего, – это вибрация. Человек – это тоже «вибрация». Более того, в исследованиях доказано, что человек – это многоуровневая вибрационная система. Звуки создают энергетические поля, которые заставляют резонировать каждую клетку человеческого организма. Различные музыкальные произведения могут вызывать резонансы-отклики в различных частях тела и органах, и зачастую музыкальное произведение, если оно имеет богатую гамму звуков, тонов, частот может оказать влияние на весь организм. Воспринимая музыку, человек невольно дифференцирует ее по вибрациям. Когда частота вибраций музыкального произведения и частота организма совпадают, тело испытывает состояние комфорта, а человек наслаждение. В качестве примера благотворного влияния на основные функции всего организма чаще всего приводят классическую музыку. Это связано с тем, что она написана в ритме работы сердца (60-70 ударов в минуту). Клубная музыка, которую можно слышать на дискотеках, порой имеет 150–170 ударов в минуту.

Научными исследованиями доказано, что сосуды человека под воздействием звуков определенной частоты способны пропускать больший объем крови или лимфы. На этом свойстве музыки основываются ее лечебные свойства. Высокочастотные быстрые мелодии увеличивают содержание лимфоцитов в крови, повышая сопротивляемость организма к болезням [4]. Свойство музыки

воздействовать на организм акустическим полем на уровне клетки делает возможным изменение у человека волны мозга, нормализацию мозгового кровообращения, синхронизацию активности полушарий мозга, изменение скорости протекания межклеточных процессов и биохимии клеток [6].

В человеческом мозге зафиксированы различные виды электромагнитных колебаний, каждому из которых соответствует свой диапазон частот, и состояние сознания, при котором они доминирует. Альфа-волны связаны с состоянием умиротворенности и расслабления; Бета-волны, самые быстрые, связаны с нормальным бодрствующим состоянием. При Тета-волнах состояние расслабления переходит в сонливость, Дельта-волны приводят к состоянию сна. Важно, что эти колебания происходят в человеческом мозгу круглые сутки, причем, именно частота этих колебаний определяет состояние человека: сон или бодрствование. Поскольку музыка обладает необычайно богатой гаммой звуковых частот, она является мощным средством воздействия на состояние мозга, и через него способна преднамеренно изменять состояние сознания, настроение, эмоции [6].

Реакции человека на музыку возникают благодаря вегетативной нервной системе – части нервной системы, которая обладает способностью усвоения ритма. Музыка, выступая в качестве ритмического раздражителя, стимулирует физиологические процессы организма. М.В. Хватова установила, что обогащенная с помощью музыки среда пребывания детей повышает устойчивость биоэлектрической активности мозга к весенним астенизирующим влияниям и способствует сохранению достаточно высокого уровня функционального состояния их центральной нервной системы в течение года [7].

Установлено, что музыка воспринимается той же частью мозга, которая отвечает за автоматические функции тела, такие как дыхание и сердцебиение. Музыка с частотой ритма не более 60 ударов в минуту, помогает ребенку синхронизировать дыхание, изменяет гемодинамику, обмен веществ, гуморальные реакции. Для этого наиболее подходят произведения периода музыкального барокко и классицизма. Из современных авторов – лирические произведения, задушевные мелодии, произведения с плавным ритмическим рисунком, негромким звучанием. Пролонгированное акустическое сенсорное воздействие в виде фрагментов специально подобранной музыки активизирует созревание подкорковых структур и совершенствование регуляторных механизмов хронотропной деятельности сердца.

Результаты исследований С.Э. Шноля показали, что коротким музыкальным фразам порядка нескольких секунд соответствуют быстрые реакции организма на однократные внешние сигналы. Музыкальные фразы длительностью 1–3 минуты вызывают длительную мобилизацию организма, а музыкальные произведения продолжительностью 10–30 минут производят общую перестройку физиологического режима [5].

Однако самый простой и эффективный способ музыкального воздействия на клетки организма, как, оказалось, основывается не на простом прослушивании музыки, а на ее воспроизведении через пение. Пение – это тоже род музыки, где в качестве живого музыкального инструмента выступает голосовой аппарат человека. Голос человека – это биологический орган. Когда человек говорит или поет, во внешнее пространство уходит не более 20-30% звука, остальная же часть звуковой волны поглощается внутренними органами, заставляя их вибрировать. Ритмы музыкальных произведений лежат в диапазоне от 0,6 до 1,5 Гц, что является биологически ощутимой частотой, близкой частоте дыхания и сердцебиения. В процессе пения человек дышит в темпе музыки, что позволяет влиять на состояние и восстановить стабильную частоту работы органов, нарушенную вследствие болезни.

Существует специальная музыкальная зарядка – пение определенных звуков. Следует заметить, что о лечебных свойствах отдельных звуков, произносимых голосом, знали испокон веков. Особое значение им придавали в Индии и Китае, где с их помощью лечили заболевания. Чудодейственной силе звука отдавали должное и на Руси. Современные исследования подтверждают целебные свойства произносимых звуков, создаются своеобразные реестры их воздействия, которые во многом совпадают с рекомендациями, разработанными в древности на Востоке. Чаще других в лечебных целях используется пение гласных звуков «а», «у», «о». Это помогает расслабиться, раскрепоститься и сосредоточить свои мысли на нужном объекте. Именно на этом основан эффект мантр, исполняя которые, буддийские монахи достигают высших степеней медитативного состояния.

В основе акустического механизма воздействия музыки лежит ее способность влиять на психику человека. Все органы чувств посылают в мозг жизненно важные сигналы, однако информация, получаемая через слуховые рецепторы, оказывается наиболее значимой. Она мобилизует нейроны и приводит к возникновению четких ощущений, а вместе с тем – и реакции на ощущения в виде эмоций и чувств.

Музыка способна быстро вызывать чувства и эмоции невероятной силы. Воздействие музыки на нашу психику гораздо мощнее воздействия слов. То, что в книге описывается многими предложениями: в музыке часто можно выразить всего лишь несколькими интонациями или мелодией. Л.С. Выготский,

объясняет своеобразие эмоционального состояния, вызываемого воздействием музыки тем, что под ее влиянием возникают не «чистые», а смешанные состояния, обусловленные одновременным переживанием, по меньшей мере двух видов отношений: к музыке в целом и к ее внутреннему ассоциативно образному содержанию [1, 168].

В дошкольном возрасте дети устанавливают связь между характером музыки и своими эмоциями, ощущениями; выражают эмоциональное состояние (собственное; выраженное в музыке) различными социально приемлемыми способами; проявляют устойчивое стремление использовать мимику и пантомимику, как средство общения; оценивают эмоциональные проявления в собственном творчестве и творчестве других. З.Матейова, С. Машура, А. Пилипенко, определили перечень музыкальных классических произведений, способных оказывать влияние на такие психоэмоциональные состояния детей, как раздражительность, тревожность, эмоциональная напряженность, депрессия, психическая и соматическая усталость.

Исследования (Л.Н. Галигузова, С.Ю. Мещерякова, Л.М. Царегородцева, О.М. Филькина) свидетельствуют, что в период адаптации к новым социальным условиям дошкольники переживают выше перечисленные психоэмоциональные состояния. Устранять или снимать их напряженность помогает восприятие определенной музыки, которая позволяет создавать положительное эмоциональное состояние ребенка в данный период.

Известно, что мозг человека состоит из двух полушарий – правого и левого. Американский ученый Р. Сперри установил, что они выполняют разные мыслительные процессы. В соответствии с этим основная деятельность левого полушария получила название логико-вербального мышления, а правого – пространственно-образного. Эти типы мышления имеют ряд синонимов: вербальное и невербальное, аналитическое и синтетическое, дискретное и симультанное. Впоследствии первое стали называть научным, а второе – художественным [6]. С успехами науки на современном этапе развития человечества научное мышление стало рассматриваться как двигатель цивилизационного роста, ему стали отдавать предпочтение в системе обучения и воспитания.

В ходе компьютерных исследований, проведенных профессором Джоном Дженкинсом из Лондонского университета, было установлено, что ритм и высота звука влияют на левое полушарие, а тембр и мелодия – на правое [4]. Музыка синхронизирует деятельность полушарий головного мозга. Восприятие музыки обеспечивает интеграцию процессов, протекающих в обоих полушариях, вызывает усиление межцентрального и межполушарного взаимодействия. Причем восприятие музыки может происходить как на сознательном, так и на подсознательном уровне, так как анализ частотно-временных соотношений акустических сигналов осуществляется при обеих формах восприятия. Кроме того, активное музыкальное восприятие стимулирует развитие «лобной плоскости», расположенной в лобной доле головного мозга и связанной с функцией обработки любой информации, кодированной в языковой форме. Очевидно, что подобная стимуляция также участвует в совершенствовании интеллекта. Таким образом, по мнению ученых, прослушивание музыки является своеобразным упражнением для восстановления симметрии полушарий головного мозга [2].

В работах Г.Ю. Маляренко, М.В. Хватовой показано, что регулярное восприятие детьми специально подобранной музыки улучшает кратковременную память, а также повышает показатели вербального и невербального интеллекта. В результате музыкального воздействия повышается чувствительность не только слухового, но и зрительного анализаторов, в целом оптимизируются функции мозга, улучшается регуляция произвольных движений, ускоряется переработка информации, повышается умственная работоспособность.

В последнее время получены биологические и нейропсихологические сведения значимости не просто прослушивания музыки, а занятий на музыкальных инструментах. Если сравнить скелеты человека разумного с его предшественниками, то не форма черепа, не размеры его, а развитая кисть руки является отличительным признаком скелета древнего человека. Существует прямая связь между развитием пальцев человека и развитием его мозга. Еще И. Кант называл человеческую руку выведенным наружу головным мозгом. И чем более тонкую работу выполняют наши пальцы, тем активнее протекают мыслительные процессы. Наиболее эффективны в этом смысле занятия на «двуручных» инструментах, то есть на тех, которые требуют участия двух рук, например, фортепиано, при этом уровень профессионализма никакой роли не играет. Поэтому положительный эффект в развитии ребенка могут оказывать любые импровизационные действия на музыкальном инструменте, а не только воспроизводящие ритм и мелодию песенки, как это часто требуют от ребенка взрослые.

Музыка – феноменальное явление по механизму воздействия на человека с целью повышения резервных возможностей его организма, а иногда даже эффективный аналог лекарств. Диапазон заболеваний поддающихся лечению с помощью музыкальной терапии велик. В настоящее время

музыкотерапия является целым психокоррекционным направлением (в медицине и психологии), имеющим в своей основе два аспекта воздействия: психосоматическое (в процессе которого осуществляется лечебное воздействие на функции организма) и психотерапевтическое (в процессе которого с помощью музыки осуществляется коррекция отклонений в личностном развитии, психоэмоциональном состоянии). Музыкаотерапия во всех ее вариантах помогает формировать у пациента оптимистическое, жизнеутверждающее мироощущение, отрабатывать различные коммуникативные навыки, устранять некоторые комплексы, вырабатывать выдержку и самоконтроль, обеспечивает возможность выстроить «Я-концепцию» в музыкально-творческом проявлении.

Ряд авторов (Ю.С. Шевченко, М.Е. Проселкова, Г.И. Подкопаева) считают оправданным и перспективным использование музыкаотерапии при нервно-психических отклонениях в здоровье дошкольников, так как способность музыки оказывать выраженное эмоционально-стрессовое (в понимании В.Е. Рожнова) воздействие на человека как нельзя более соответствует принципу детской психотерапии – лечение радостью. Проведенные исследования Л.Д. Лебедевой показали, что использование музыки как терапевтического фактора вполне доступно для педагога и не требует специальных медицинских знаний [3].

Изложенное выше раскрывает далеко не все, а лишь некоторые свойства и возможности музыки. Но даже в таком виде они дают основания говорить о том, что необходимо пересмотреть отношение к музыке как одного из средств педагогического воздействия на ребенка- дошкольника. В свою очередь, новый взгляд на возможности музыки в воспитании и развитии дошкольников требует переосмысления цели, задач и содержания музыкальной подготовки воспитателей дошкольных учреждений. В ее основу должны быть положены принципиально новый взгляд будущих воспитателей на возможности музыки в воспитании и развитии ребенка и готовность ее использовать как механизм в укреплении здоровья, развития физических качеств, психических функций и интеллектуальных способностей ребенка в многообразных видах детской деятельности.

Литература

1. Выготский Л.С. Психология искусства. – М., 1987.
2. Кирнарская Д.К. Музыкальные способности. – М., 2004.
3. Лебедева Л.Д. Педагогические аспекты арттерапии. – 2000.
4. Музыка – прародитель медицины <http://blogs.mail.ru/community/epochtimes/1416D0EF0CA98DFA.html>
5. Сазеева Н.Н. Живительные звуки / Неосферная духовно-экологическая ассамблея мира http://www.newhumanity.ru/nauchnaya_mysl/sazeeva/sazeeva_jivitelnyeZvuki.htm
6. Семенова Н.П. Функциональные особенности деятельности полушарий головного мозга и проблемы развития личности // Наука, образование, общество. Вып. 1 – 2004.
7. Хватова М.В. Влияние пролангированного музыкального воздействия на развитие функций мозга ребенка. – Тамбов, 1996.