

МУЗИЧНО-РИТМІЧНА ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК ЗАСІБ ОЗДОРОВЛЕННЯ НА УРОКАХ МУЗИЧНОГО МИСТЕЦТВА В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

MUSICAL-RHYTHMIC ACTIVITY AS A MEANS OF IMPROVEMENT AT ART LESSONS IN ELEMENTARY SCHOOL

Стаття присвячена одній із актуальних проблем підготовки майбутніх вчителів музичного мистецтва закладів середньої освіти – музично-ритмічній діяльності на уроках музичного мистецтва в початковій школі. Зокрема, розкривається сутність таких понять, як музично-ритмічні рухи, музичний ритм, музично-рухова діяльність. Основна увага зосереджується на впливі музично-ритмічних рухів на здоровий спосіб життя дитини та на теоретико-методичних засадах музично-ритмічного виховання учнів початкових класів. Висвітлюються структурні компоненти, критерії, показники (організаційно-аксіологічний, комунікативний, креативний) і рівні сформованості досліджуваного явища. Зазначається також, що концепція дослідження забезпечується єдністю методологічного, теоретичного й методичного аспектів.

Ключові слова: музично-ритмічні рухи, музично-рухова діяльність, музичний ритм, ритмічне виховання, використання музики з метою оздоровлення.

Стаття посвячена одній із актуальних проблем підготовки будучих учителів музичального искусства заведений среднего образования – музыкально-ритмической деятельности на уроках музыкального искусства в начальной школе. В частности, раскрывается сущность таких понятий, как музыкально-ритмические движения, музыкальный ритм, музыкально-двигательная деятельность. Основное внимание сосредоточено на влиянии музыкально-ритмических движений на здоровый образ жизни ребенка и на теоретико-методи-

ческих основах музыкально-ритмического воспитания учащихся начальных классов. Освещаются структурные компоненты, критерии, показатели (организационно-аксиологический, коммуникативный, креативный) и уровни сформированности исследуемого явления. Отмечается также, что концепция исследования обеспечивается единством методологического, теоретического и методического аспектов.

Ключевые слова: музыкально-ритмические движения, музыкально-двигательная деятельность, музыкальный ритм, ритмическое воспитание, использование музыки в целях оздоровления.

The article is devoted to one of the urgent problems of training future teachers of musical art in secondary education institutions – musical and rhythmic activities in the lessons of musical art in elementary school. In particular, the essence of such concepts as musical rhythmic movements, musical rhythm, musical and motor activity is revealed. The main focus is on the influence of music on the healthy lifestyle of the child, the theoretical and methodological foundations of musical rhythmic education of primary school students. The structural components, criteria, indicators (organizational and axiological, communicative, creative) and the levels of formation of the phenomenon under study are covered. It is also noted that the concept of the research is ensured by the unity of the methodological, theoretical and methodological aspects.

Key words: musical-rhythmic movements, physical-motor activity, musical rhythm, rhythmic upbringing, the use of music in order to improve.

УДК 372.878

Толочко Л.М.,

викладач фортепіано і концертмейстер
Луцького педагогічного коледжу

Толочко Р.М.,

викладач методики музичного
виховання та фортепіано
Луцького педагогічного коледжу

Постановка проблеми у загальному вигляді.

На сучасному етапі розвитку нашого суспільства однією з найважливіших засад теоретичної концепції та практичної діяльності закладу середньої освіти є орієнтація на відродження морально-естетичних цінностей, виховання духовності майбутнього нашої держави. Метою мистецької освітньої галузі є формування культурної та інших компетентностей, цінностей у процесі пізнання мистецтва та художньо-творчого самовираження в особистому й суспільному житті, поваги до національної та світової мистецької спадщини [1]. Реалізація завдань музичного розвитку молодших школярів вимагає широкого залучення їх до діяльності (пізнавальної, виконавської, творчої), за якої навчальний матеріал стає предметом активних розумових і практичних дій кожного учня.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Для того, щоб більш детально розглянути вплив музично-ритмічної діяльності на уроках музичного мистецтва на оздоровлення молодших школярів, слід, зокрема, звернутися до праць Н. Вет-

лугіної, С. Конорова, М. Румер, К. Самолдіної, Е. Жак-Далькроза, а також інших педагогів-практиків, роботи яких допомагають визначити основні шляхи й засоби успішної організації музично-творчої діяльності учнів на уроках музичного мистецтва.

Метою статті є вивчення впливу музично-ритмічних рухів на здоровий спосіб життя дитини, заснованого на теоретико-методичних засадах музично-ритмічного виховання на уроках музичного мистецтва учнів початкових класів.

Мета дослідження зумовила необхідність вирішення таких завдань статті: проаналізувати дослідження і публікації з цього питання, виокремити приклади застосування музично-ритмічних рухів на уроках музичного мистецтва, розглянути застосування музично-ритмічних рухів як засобу оздоровлення молодших школярів.

Виклад основного матеріалу. Одне з головних завдань початкового музичного розвитку дітей полягає у здійсненні ритмічного виховання. Музичний ритм виник із руху, з трудової діяльності

людини. Пізніше він розвинувся в синкретичному мистецтві (танець, пантоміма) і граматичній структурній побудові слова (мовна динаміка). Початковий етап формування музичного мистецтва ґрунтувався на триєдності: рух, слово, музика. І якщо рух у музиці порушував природне акцентування, то слово ставило музику (пісню) в жорсткі ритмічні рамки.

Музично-ритмічне виховання розвиває почуття музичного ритму, його сприймання, виконання, імпровізування. Я. Кушка підкреслює, що «Імпровізування – особливий вид роботи, елемент творчості, за допомогою якого можна успішно уточнити та збагатити ритмічну уяву дітей» [5, с. 216].

Розвиток музично-ритмічного чуття школярів включає організацію рухової активності дітей, виховання певних ритмічних навичок, усвідомлення учнями естетичної виразності ритму як елемента музичної мови тощо. Як зазначав Б. Теплов, «почуття музичного метру має не тільки моторну, але й емоційну природу: в основі його лежить сприймання виразності музики. Тому поза музикою чуття музичного ритму не може ні пробудитися, ні розвиватися» [7, с. 197].

Наприклад, під час ознайомлення дітей із сильними і слабкими долями використовуємо тактування, простукування, оплески. Пояснюючи тривалості, їх співвідношення, вводимо марш і легкий біг, оплески та простукування паличками. Говорячи про розміри, вводимо танцювальні рухи польки, маршу. Пояснюючи побудову музичних творів, темп, динаміку, пропонуємо дітям різноманітні танцювальні кроки на зміну музичних частин, темпу, динаміки.

За кордоном серед систем масового музично-естетичного виховання ХХ ст. найбільш відомими стали:

- система музично-ритмічного виховання і виховання емоційної чутливості (евритміка) – швейцарського педагога і композитора Е. Жак-Далькроза.

- система на основі співацько-хорових традицій – угорського педагога і композитора З. Кодай.

- система синтетичного підходу: єдність слова – музики – руху (музично-сценічна гра, театр) – німецького педагога і композитора К. Орфа.

Відповідні дослідження проводять і у вітчизняній педагогіці (Н. Ветлугіна, С. Конорова, М. Румер, К. Самолдіна, В. Верховинець та ін.).

Головне – навчити дитину визначати певні ритмічні й метричні співвідношення шляхом практичних дій. Це веде до формування осмисленого сприйняття музики, а потім і до розвитку складніших процесів мислення. Комплексна музична діяльність школярів із застосуванням ударних інструментів та інструменту, на якому грає педагог, допомагає цілісному сприйняттю музики, що виконується.

Використання музики з метою оздоровлення відоме з давніх часів. Музика сприймається не лише слухом, а й усіма аналізаторами й системами тіла. Вона здійснює вплив на біологічні системи, досягає кожної клітини всіх органів та впливає на життєдіяльність організму, викликає певні хімічні реакції, змінює характеристики як фізіологічних, так і психічних станів. Наукою доведено, що музика є важливою для імунної системи й адаптаційних механізмів організму. Вчені здійснювали фундаментальні нейробіологічні та психолого-педагогічні дослідження впливу музики В.А. Моцарта на здоров'я людини, який вони назвали «ефектом Моцарта». Доведено, що музика В.А. Моцарта сприяє покращанню пам'яті, підвищує інтелектуальний індекс, підсилює творчі процеси, його музика «ідентична природному репертуарові просторово-часових фігур раннього головного мозку. Тобто саме вона позитивно впливає на функціонування дитячої розумової діяльності та всього організму загалом» [4, с. 10].

Однією з основних функцій музики, відповідно до класифікації О. Ростовського, є ритмічна, навчально-пізнавальна, емоційна та фонова. Вони спрямовані на організацію ритміки й синхронності рухів, стимуляцію емоційного підйому, підвищення інтересу до занять, створення позитивного емоційного фону уроку та зростання працездатності учнів [6].

Серед останніх досліджень українських педагогів і лікарів – створення музично-педагогічної технології «Пісне-Знайка», основні положення якої викладено президентом Міжнародного інноваційного центру гармонійного розвитку людини Н. Яновською. Технологія «Пісне-Знайка» спрямована на вирішення глобального завдання – вдосконалення організації життя дітей і дорослих, сім'ї та суспільства, на гармонізацію їхніх стосунків.

Аналіз запропонованої технології показав, що при її використанні помітно зменшується навантаження на органи зору, кістково-м'язову систему, підвищується рухова активність, зменшується напруга навчального процесу, гармонізується емоційний стан учнів. Використання елементів технології позитивно впливає на успішність навчання та стан здоров'я учнів, відбувається орієнтування на здоровий спосіб життя.

Особливо важливим є застосування музики в заключній частині уроку, коли нервова, мускульна, серцево-судинна, дихальна й інші системи організму перебувають в активізованому стані. Тому протягом кількох хвилин необхідно перейти до стану спокою. На це розраховані заключні вправи під музику, яка підсилює заспокійливий ефект, знижує емоційне збудження, допомагає врівноважити всі системи організму учнів.

Правильне дихання є засобом оздоровлення та профілактики багатьох захворювань. Рівень здоров'я, що визначається за максимальним

споживанням кисню, безпосередньо залежить від життєвої ємності легень. У дитинстві інтенсивно розвивається голосовий апарат. І від того, як він розвиватиметься, залежить успішність навчання співу, а також здоров'я дитини загалом.

Співацькі якості молодших школярів необхідно виховувати в єдності зі звуковою культурою мови. Навчання співу має низку специфічних особливостей: відповідне дихання, зміцнення і розвиток голосових зв'язок, удосконалення визначених нервово-фізіологічних механізмів. У процесі оволодіння мовленням в учнів молодших класів виробляються міцні тимчасові нервові зв'язки між слуховими й мовно-руховими центрами.

Учені вважають, що дихання – своєрідний ключ до прихованого життя тіла, що безпосередньо пов'язане з розумовою працездатністю, а також душевним й емоційним станом. Навчившись керувати диханням, людина має можливість впливати на власні емоції, на розумову й фізичну втому. Все це неможливо без музики. Разом із навчанням керування диханням має дуже важливе значення тренування механізмів, що забезпечують правильне дихання за допомогою співу. Дихальна система дуже тонко реагує на всі вправи. Ритмічне дихання з паузою на вдиху чи видиху спричиняє періодичну зміну кисню в крові та викликає відповідну реакцію – стрімке розширення судин мозку.

Активні дихальні вправи під музику не тільки зміцнюють м'язи грудної клітки, а й роблять масаж серця, поліпшуючи кровообіг. Окрім того, під час активних дихальних рухів працює один із наймогутніших м'язів людського організму – діафрагма. Ритмічно піднімаючись і опускаючись углиб черевної порожнини, вона впливає на печінку, кишківник, шлунок, масажуючи їх.

Вправи на відновлення ритму дихання й кровообігу передбачають м'якість, плавність рухів; зазвичай вони виконуються під музику вальсу (тактовий розмір 3/4). Педагогічно доцільно використовувати такі твори: О. Сандлер «Вишиванка», В. Верменич «Чорнобривці», І. Карабиць «Пісня про добро», П. Чайковський – п'єси зі збірки «Пори року», М. Огінський «Прощання з Батьківщиною», Б. Лятошинський «Український квінтет», М. Лисенко «Вальс сі мінор», П. Майборода «Київський вальс» тощо.

Значно впливає на емоційний стан учнів музичний супровід у мажорних тонах, що застосовується в підготовчій частині уроку. Музика сприяє ритмічному й координованому виконанню вправ, виховує культуру рухів, допомагає виконувати їх виразніше й точніше, зумовлює темп виконання. Діти навчаються правильно сприймати музичні відтінки твору та відповідно до музики змінювати характер своїх рухів.

У системі пізнавально-рухового навчання активність дитини поліпшує якісне сприйняття інфор-

мації, що отримується. У рухливій дидактичній грі простежується мимовільне запам'ятовування і паралельно за рахунок рухових дій у супроводі музики визначеної структури знімається розумова втома, відбувається поліпшення дихання, покращується стан школяра.

У процесі систематичних музично-рухових занять молодших школярів розвивається музично-слухове сприйняття, що необхідне їм надалі в самостійній музичній діяльності. Водночас музично-рухові вправи сприяють вихованню не тільки здорової дитини, а й формуванню певних моральних якостей – витримки, витривалості.

Поряд із розвитком музичних здібностей і рухів заняття музично-руховими вправами сприяють розвитку в дітей чіткого просторового орієнтування, сприйняття, пам'яті, уяви. Правильно дібрані музичні твори позитивно впливають на формування почуття товариськості, комунікабельності, стимулюють процес навчання загалом, а також створюють умови для відпочинку, релаксації. Для зняття втоми варто слухати «Ранок» Е. Гріта, «Пори року» П. Чайковського; творчий імпульс стимулюють М. Равель «Болеро», В. Моцарт «Турецький марш», Ж. Бізе «Кармен»; зняти хвилювання і тривогу допоможуть Й. Штраус (вальси), Л. Бетховен «Місячна соната»; для заспокоєння варто прослухати Й. Баха «Сициліана», «Аве Марія», П. Чайковського «Баркарола».

Рухи під музику можна застосовувати як на початку уроку, так і в його кінці. Це залежить від конкретних завдань, мети кожного уроку та характеру застосовуваних рухових вправ. Незначні рухи рук, ходьба на місці можуть включатися до будь-якого розділу уроку, а рухи ігрові, танцювальні, які збуджують емоційний стан дітей, краще проводити в кінці уроку, включивши після них заспокійливу ходьбу.

Слід зауважити і те, що переважно в роботу включаються не значні рухи рук, кроки та притупування на місці. Це пояснюється умовами та можливостями аудиторій, у яких проводяться уроки музичного мистецтва. У закладі середньої освіти це найчастіше звичайний клас, який має невелику площу і доволі щільно заставлений шкільними меблями.

Про це свідчить дослідження, яке стосувалося питання використання музично-ритмічних рухів на уроках музичного мистецтва та їхнього впливу на стан здоров'я першокласників. В експерименті брали участь учні першого класу закладу середньої освіти. На запитання, чи впливає застосування рухів під музику на їхню активність на уроці, 100% дітей відповіли позитивно. Якщо на початковому етапі навчання у дітей спостерігалася пасивна поведінка, то в ході роботи з ними із використанням музично-ритмічних рухів відчувалося значне поліпшення стосунків у колективі,

активність на уроках, покращення уваги, активізацію сприйняття, емоційні відгуки на почуті твори. У процесі навчально-музичних ігор молодші школярі не лише засвоювали потрібні знання, набували умінь і навичок, але й краще пізнали один одного, стали вільніше поводитися.

Під час спостереження за учнями було встановлено: якщо використання музично-ритмічних рухів на уроках музичного мистецтва відбувалося систематично, це пожвавлювало спілкування дітей і в позаурочний час.

Висновки. Музично-ритмічна діяльність учнів проходитиме успішніше, якщо навчання елементів танцювальних рухів здійснюється у поєднанні з музично-дидактичними іграми, з виконанням творчих завдань. Саме рух є способом активізації музичного сприйняття, розвитку емоційної чутливості до музики. Музично-ритмічні вправи допомагають дитині навчитися координувати свої рухи, погоджувати їх із рухами інших дітей, володіти власним тілом, засвоювати навички просторового орієнтування, а головне – покращувати свій стан здоров'я.

Процеси мислення й музика тісно взаємопов'язані, мають певну ритмічну структуру й розвиваються за загальними законами еволюції, тому вплив музики на організм дитини має психофізіологічні причини. Використання вчителем молодших класів музичних творів на уроках значно під-

вищить загальний інтелектуальний рівень дітей і їхню успішність, сприятиме створенню комфортного емоційного середовища під час занять.

Вплив музики на здоровий спосіб життя дитини є очевидним. Також музика збагачує духовний світ молодого покоління. Адже всебічна реалізація соціальних функцій музики, має не тільки неабияку естетичну силу, але й етичну, бо спрямована на духовне збагачення особистості дитини.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Державний стандарт початкової освіти від 21 лютого 2018 р. № 87. 7 с.
2. Закон України «Про освіту» від 05 вересня 2017 р. С. 1–8
3. Єременко О., Науменко С. Сприймання молодшими школярами музики на основі констант «ритм» та «лад». *Початкова школа*. 2004. № 3. С. 30.
4. Куненко Л. Ефект Моцарта, або Звуковий вітамін С. *Дефектологія*. 2002. № 1. С. 9–12.
5. Кушка Я.С. Методика музичного виховання дітей. Вінниця : Нова книга, 2007. 216 с.
6. Ростовський О.Я. Теорія і методика музичної освіти : навчальний посібник. Тернопіль : Навчальна книга – Богдан. 2011. 640 с.
7. Теплов Б. М. Психологія музикальних способностей. Москва : Педагогіка, 1985. Т. 1. 427 с.
8. Указ Президента України № 344/2013 від 26 червня 2013 р. «Про Національну стратегію розвитку освіти в Україні на період до 2021 року». URL: <http://osvita.ua/legislation/other/36322/>.