



Педагогические науки

УДК 37

Д.Н. Лаврищева

Лаврищева Дарья Николаевна, магистрант Таганрогского института имени А.П. Чехова филиала РГЭУ (РИНХ), Ростовского государственного экономического университета (Таганрог, ул. Инициативная, 48), dascha-1@mail.ru

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ АСПЕКТЫ ДИРИЖЕРСКО-ХОРОВОГО ОБУЧЕНИЯ

Данная статья показывает значимость развивающейся здоровьесберегающей технологии, такой как вокалотерапия, в дирижерско-хоровом обучении.

Ключевые слова: здоровьесбережение, вокалотерапия, музыкотерапия, вокально-хоровая работа.

D.N. Lavrischeva

Lavrischeva Daria Nikolaevna, undergraduate Institute of Anton Chekhov in Taganrog (branch) in RUSSIAN "RGJeU" (EDUCATIONAL) (Taganrog, Inicativnaja str., 48), dascha-1@mail.ru

HEALTH-PRESERVING ASPECTS OF THE CONDUCTOR AND CHORAL TRAINING

This article shows the importance of developing health-saving technology, such as vocal therapy, in conducting choral training.

Keywords: Health preservation, vocal therapy, music therapy, vocal-choral work.

Современные исследования российской музыкальной педагогики позволяют констатировать низкое качество музыкально-педагогической и психолого-педагогической работы в школьных хоровых коллективах. Одной из причин слабых школьных хоровых коллективов является отсутствие понимания того, что эта работа не только имеет обучающее значение, но и направлена на воспитание и развитие каждого обучающегося. Совершенствование вокально-хоровой работы в школе мы связываем с осознанием, принятием и осуществлением учителем музыки ее здоровьесберегающей функции, основанной на известных методах музыкотерапии и вокалотерапии как ее активной формы [2]. Хоровое пение – это коллективная форма вокального исполнительства, а коллективное дело способствует развитию таких человеческих качеств, как уверенность в своих силах и возможностях, раскрепощение, коммуникабельность, ответственность за общее дело и др. [1, 3, 8].

Из вышесказанного следует актуальность данной работы, а именно: совершенствование методики дирижерско-хорового обучения в направлении применения приемов вокалотерапии.

Цель нашей работы – показать значимость развивающейся здоровьесберегающей технологии, такой как вокалотерапия, в дирижерско-хоровом обучении.

Методологической основой нашей работы являются: труды по проблемам вокальной работы в детском хоровом коллективе (Ю.Б. Алиев, В.В. Емельянов, Г.А. Струве, Г.П. Стулова, М.С. Осеннева, В.А. Самарин, Л.И. Уколова, В.А. Шереметьев и др.); труды по музыкотерапии (Л.С. Брусиловский, О.А. Ворожцова, Т.А. Добровольская, Л.Н. Комиссарова, И.Ю. Левченко, Е.А. Медведева, В.И. Петрушин, И.А. Шаповал и др.); труды по здоровьесберегающим технологиям (Т.В. Карасева, Ю.Н. Ковалева, Л.В. Костенко, Е.А. Лобанова, Е.П. Митина, Н.К. Смирнов, А.Н. Стрельникова, О.А. Соколова и др.).

Здоровьесберегающая функция в ряду образовательной, воспитательной и развивающей функций вокально-хоровой работы обусловлена характером воздействия музыки и пения на организм и личность человека. Вопросам вокально-хоровой работы в школе музыкальная педагогика уделяла и уделяет достаточное внимание. Наукой установлено, что занятие пением оказывает огромное эмоциональное влияние на слушателей, а также на самого исполнителя; оно совершенствует и воспитывает слуховой аппарат, воздействует на артикуляционную и сердечно-сосудистую, дыхательную системы; решающее значение для развития музыкальности ребенка, а также музыкального слуха и голоса имеет правильное пение т.е.. пение поставленным голосом; занятия пением сопутствуют общему развитию ребенка, его умственной и эмоциональной сферы [1, 3, 8]. Это происходит потому, что в процессе пения принимают участие практически все психические функции ребенка (восприятие, память и т.д.). Коллективная форма хорового пения, кроме того, решает вопросы социализации подрастающих поколений школьников. Нацеленность хормейстера на реализацию всех вышеперечисленных возможностей хорового пения составляет сущность здоровьесберегающей функции вокально-хоровой работы [4, 7]. Реализация указанной функции во многом зависит от нацеленности хормейстера, от его знаний и умений в данной области.

Хоровое пение позволяет проявиться индивидуальности ученика. В хоровом коллективе часто бывает так, что ребенок не замечает того момента, когда он является объектом педагогического внимания. Он вместе со сверстниками занят общим делом и не замечает по отношению к себе особой учительской заинтересованности. Таким образом, комфортное состояние в психологическом отношении активизирует внешние проявления музыкального переживания. Хоровое пение – это коллективная форма работы, плюс которой состоит в том, что стеснительные дети, боящиеся петь соло, с удовольствием поют в коллективе.

Очень важен учет возрастных и индивидуальных особенностей учащихся. Во время занятий со школьным хором педагогом должно учитываться: стремление к самооценке, к самовыражению, а также потребности к общению. Значительную роль играет эмоционально-чувственная сфера в деятельности хориста и в формировании его личности. Эмоциональность хористов развивается через ответную реакцию на музыку, что способствует формированию «эстетических эмоций». Пение, как и любая деятельность организма, захватывает весь организм в целом и осуществляется под контролем коры головного мозга, влияя не только на эстетические и психологические аспекты личности, но и на усиление психофизиологической устойчивости. Хоровое искусство тесно связано с лучшими обычаями отечественной и зарубежной культуры, а пение хором представляет собой идеальный образец слияния индивидуального и коллективного начал, что особенно важно в сложный психоэмоциональный период становления взрослости. Вокально-хоровая деятельность влияет на психоэмоциональное состояние хористов.

Пение – это вид музыкальной деятельности, в котором музыкальным инструментом является все тело человека. Поэтому поющий должен следить за своим здоровьем. При занятиях пением необходимо вести здоровый образ жизни, соблюдать гигиену голоса. Хочешь хорошо петь – следи за душевным и физическим состоянием.

Вокалотерапия – активный вид музыкотерапии, обеспечивающий терапию и коррекцию психоэмоциональных состояний и нарушений, социально-адаптационных трудностей и выполняющий лечебно-оздоровительную функцию. Это вид активной музыкотерапии особенно значим для вокально-хоровой работы в школе.

В.И. Петрушин предлагает приведенную ниже классификацию методов музыкотерапии [7]:

- активирующие методы, которые направлены на эмоциональный отзыв на музыку;
- тренинговые методы. Такие методы чаще всего применяются в рамках психотерапии;
- релаксирующие методы, они направлены на расслабление. При использовании данного метода применяют звучание голосов природы или специальную музыку для релаксации.
- коммуникативные методы, которые способствуют налаживанию общения. Данные методы предполагают коллективное взаимодействие. В процессе работы группа постепенно включается в общий ритм музыки, что способствует сплоченности коллектива.
- творческие методы, которые представлены в форме инструментальной, вокальной и ритмической импровизаций. При таком виде музыкотерапии дети спонтанно выражают возникающие чувства. Здесь свобода мысли и естественность являются главными принципами;
- психоделические (созерцательные) методы. Они предполагают прослушивание специально подобранной музыки с дальнейшим ее обсуждением в группе;
- музыкальный тренинг чувствительности. Он вырабатывает способность видеть проявления жизни в музыке и ее отзвуках.

В перечисленных методиках используются дыхательные упражнения, тренинги, творческие задания, исполнение вокальных формул и песен определенного содержания. Слова и музыка песен направлены на

уменьшение чувства тревоги, неуверенности, раздражительности, которые применяются для успокоения, поднятия жизненного тонуса, улучшения самочувствия и настроения.

В современном понимании вокально-хоровая работа – это «не только способы разучивания песен или реализация задачи обучения всех учащихся правильному звуковысотному интонированию. Это, прежде всего, постановка голоса певцов в условиях хора, т.е. в коллективных условиях» [8]. Вокальная работа в хоре включает в себя работу над дыханием, звуком, чистотой интонации, ансамблем, строем хора, дикцией, нюансировкой, устранением певческих дефектов у певцов хора и привитием навыков правильного голосообразования и звуковедения. Расширяя круг задач и функций вокально-хоровой работы, следует добавить, что вокально-хоровая работа это – не просто постановка голоса певца, ведь голос существует не сам по себе, он – музыкальный инструмент хориста, человека, неотъемлемый элемент личности. Формируя голос, хормейстер тем успешнее будет справляться с поставленными задачами общего вокально-хорового воспитания, чем яснее будет видеть перед собой личность, которую он посредством вокального искусства ведет по жизни, воспитывает, помогает справляться с проблемами в здоровье, коммуникации и эмоциональной сфере.

Правильно организованное хоровое пение с учетом его музыкотерапевтических задач не только доставляет поющему удовольствие, но также упражняет и развивает его слух, дыхательную и сердечно-сосудистую системы. Во время пения человек, невольно занимаясь дыхательной гимнастикой, укрепляет свое здоровье. Пение тренирует также артикуляционный аппарат, без активной работы которого речь человека становится нечеткой, неясной. Известно, что правильная ясная речь характеризует и правильное мышление. Занятия пением являются мощным фактором общего развития ребенка, его умственной и эмоциональной сферы, если в певческом процессе задействованы такие психические функции, как

восприятие, воображение, чувства, анализ, синтез, память, активно формируются волевые качества личности при достижении поставленной цели в обучении.

Таким образом, обучению детей пению в условиях хора не зря придают огромное воспитательное значение. Ведь пение в хоре влияет на становление личности учащихся, учит их общению в коллективе, объединяет общими задачами, формирует чувство личной ответственности за общее дело, создает условия для эмоционального, музыкального и личностного развития. Здоровьесберегающая функция вокально-хоровой работы учителя музыки становится актуальной проблемой отечественного общего образования, а музыкотерапия – ее признанной технологией. На решение указанной функции нацелена разрабатываемая технология здоровьесберегающей вокально-хоровой работы учителя музыки – музыкотерапевта.

Список используемой литературы:

1. *Алиев Ю.Б.* Методика преподавания музыки и хорового класса в общеобразовательных учреждениях: учеб. пособие для студ. муз. фак. педвузов / Ю.Б. Алиев, Л.А. Безбородова. М.: Академия, 2002. 416 с.

2. *Воробьева Л.И.* Музыкальная психотерапия в структуре профессиональной подготовки бакалавров на факультете искусств и художественного образования // Высшее образование сегодня. 2013. № 6. С. 53–57.

3. *Живов В.Л.* Хоровое исполнительство: теория, методика, практика. М.: Владос, 2003. 272 с.

4. *Ковалева Ю.Н.* Здоровьесберегающие технологии и их применение в вокально-хоровой работе. URL:

<http://nsportal.ru/shkola/muzyka/library/2015/01/26/zdorovesberegayushchie-tekhnologii-i-ikh-primenenie-v-vokalno>

5. *Лаврищева Д.Н.* Музыкалотерапия как метод психотерапии // Молодежь и студенчество – инновационный потенциал современной науки. Сб. тезисов и ст. Междунар. студенческой науч.-практ. конф. 2–6 апреля 2013 г. Таганрог. Изд-во ФГБОУ ВПО «ТГПИ им. А.П. Чехова», 2013. (Электронный носитель).

6. *Осеннева М.С., Самарин В.А., Уколова Л.И.* Методика работы с детским вокально-хоровым коллективом: Учеб. пособие для студ. муз.-пед. отд. и фак. сред. и высш. пед. учеб. заведений. М.: Академия, 1999.

7. *Петрушин В.И.* Музыкальная психотерапия. Теория и практика: Учеб. пособие для студентов высш. учеб. завед. М.: ВЛАДОС, 2000. 176 с.

8. *Стулова Г.П.* Хоровое пение в школе : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Музыка, 2010. 176 с.