

**Ключевые слова:** мониторинг качества образования в высшем учебном заведении, уровни мониторинга, цель мониторинга, объект мониторинга, субъекты организации и осуществления мониторинга, комплекс мониторинговых показателей, инструментарий и инструменты мониторинговых исследований, мониторинговая деятельность.

**Key words:** monitoring of education's quality at higher educational establishment, levels of monitoring, purpose of monitoring, object of monitoring, the subjects of organization and implementation of monitoring, complex of monitoring indicators, tools and instruments of monitoring studies, monitoring activities.

Подано до редакції 09.03.2011.

УДК 378.147:781.1

© 2011.....

Бакай С.Ю., Мкртічян О.А.

## МУЗИКОТЕРАПІЯ ТА ВОКАЛОТЕРАПІЯ У СУЧАСНОМУ ПЕДАГОГІЧНОМУ ПРОЦЕСІ

*“Музыка великое врачество во скорбях,  
утеха же в печали и забава в щасті”*

*Г.Сковорода*

**Постановка проблеми у загальному вигляді...** Можливості музики здавна привертала увагу вчених, педагогів, науковців, діячів культури. У Древній Греції більш уваги надавали вдосконаленню душі, ніж вдосконаленню тіла, бо музика проникає в нас глибше, змінює настрій, перебудовує внутрішній стан. Завжди особливо важливим був вплив музики на духовне, естетичне, фізичне, моральне й громадянське виховання. У музичному словнику XV ст. музиці надавали властивості *“робити душі праведними”*.

Сьогодні особливий інтерес викликає використання в педагогіці різних засобів лікування мистецтвом (арттерапія), зокрема, музикою – це явище має назву *музикотерапії*. В основі даного лікувально-профілактичного напрямку лежить використання різних методів впливу: музикою, співом, танцями, вибір яких визначається завданнями, що конкретно стоять перед педагогом.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано розв’язання даної проблеми...** У XX ст., особливо в другій його половині, музична терапія як незалежна дисципліна стала широко практикуватися в різних країнах Європи. Перші наукові роботи, що досліджують механізм впливу музики на людину, з’явилися в кінці XIX- на початку XX століття. В роботах В.Бехтерева, І.Догеля, І.Тарханова та інших з’являються дані про корисний вплив музики на центральну нервову систему, дихання, кровообіг [1; 2]. За допомогою ритмів можливо збільшувати або зменшувати активність мозку, а також змінювати настрій, про що свідчать науковці Ю.Гільбух, І.Гольдварг, А.Казаринова. Доведено безпосередній терапевтичний вплив музики на нервово-психічну сферу дітей при її пасивному чи активному сприйманні вченими-психологами (В.Мясищев, А.Готендінер, Н.Маслова, А.Гройсман, В.Райков, С.Мамулова, І.Гринькова, С.Шушарджан) [2; 4, с. 24-46].

**Формулювання цілей статті...** Мета даної статті полягає в тому, що музика розглядається нами як комплексний подразник, що впливає на емоційний і фізіологічний стан людини, зокрема студентської молоді. В даний час одержані відомості про конкретні механізми впливу музики в цілому на мозок людини, на психомоторику, на вегетативні й соматичні функції. Основою терапевтичної дії музики на організм людини, як показали експериментальні дані, є вплив на ритми різних функцій організму, включаючи емоційні, що тісно пов’язані з ритмами роботи мозку і позитивно впливатиме на ефективність навчального процесу.

**Виклад основного матеріалу дослідження...** Лікувальне застосування музики має багатовікову історію. Виникнення музикотерапії сягає третього тисячоліття до нашої ери. За допомогою музики зціляли від туги, нервових розладів та серцевого болю ще в Давньому Єгипті, країнах Східної Африки, Індії та Древнього Китаю. Про терапевтичний вплив музичного мистецтва згадують у своїх працях Сократ, Плутарх, Демокрит, Піфагор, Платон, Аристотель, Феофаст, Гален, Сенократ, Ескулап та багато ін. [3].

В епоху середньовіччя велику увагу питанням лікування музикою приділяли такі вчені-лікарі, як Авіценна, Ібн Сіна, Іоанн де Грохео, Амброз Паре, Джозеффо Царліно, Роберт Бартон. Згодом у XVIII-XIX ст. до них приєдналися клініцисти й фізіологи. Корифеї античної цивілізації Піфагор, Аристотель, Платон звертали увагу сучасників на цілющу силу дії музики, яка, на їх думку, встановлює пропорційний порядок і гармонію в людському тілі. Видатний лікар усіх часів і народів Авіценна ще тисячу років тому лікував музикою хворих на нервові і психічні захворювання.

На початку XX століття у Петербурзі вчені Психоневрологічного інституту заснували спеціальну комісію для вивчення впливу музики на живий організм і людину. Академік В.Бехтерев виступав на засіданні комісії з доповіддю *“Значення музики в естетичному вихованні дитини з перших днів її дитинства”*, опублікував ряд робіт про лікувальне, виховне і гігієнічне значення музики, організував комітет з вивчення лікувального впливу музики, до якого увійшли видатні лікарі й представники музичного світу. З часом почали з’являтися музично-терапевтичні товариства і центри в США і Канаді (1950), Австрії (1959), Норвегії, Данії, Швеції, Фінляндії та Ісландії (1968), Франції (1969), Югославії (1970), Швейцарії та Німеччині (1971), Польщі, Румунії (1972), Англії (1975), Росії (1997) [1; 3, с.1-9].

Одним з найбільш відомих сучасних музично-терапевтичних центрів є клініка музичної терапії Нордофф-Робінса університету Нью-Йорка, відкрита у 1990 році. В Москві у 1997 році була створена Міжнародна академія інтегративної музикотерапії (МАІМ), одним із завдань якої стала підготовка спеціалістів нового покоління – музикотерапевтів. Великий внесок в створення наукового центру музикотерапії в стінах МАІМ зробив ректор академії С.Шушарджан [4].

Сьогодні Всесвітня федерація музикотерапевтів пропонує таке визначення музикотерапії: музична терапія пов'язана з використанням музики та її елементів (звуків, ритму, мелодій) з метою розвитку та відновлення функції індивіда, який допомагає досягти кращої внутрішньої й міжособистісної інтеграції та якості життя. Музикотерапія охоплює: слухання музичних творів, спів, ритмічні рухи під музику, виконання музичних творів, гру на дитячих інструментах, імпровізацію (активна музикотерапія), поєднання музики та образотворчої діяльності, казкотерапії, танцювальної терапії, рефлексотерапії, ароматерапії тощо.

Психологи вважають музикотерапію способом лікування таких психологічних та невротичних розладів, як порушення сприймання, відчуттів, неадекватної реакції на переживання, неврозів, депресії, істерії, нав'язливих станів, порушення емоційного й фізичного розвитку. Дія музики на людину відбувається на трьох рівнях: вібраційному, емоційному і духовному. Як свідчать фахівці, є три напрями використання музики: *медичне, профілактичне і педагогічне*. Специфіка кожного напрямку полягає у цілях використання музики. Численні музичні методики передбачають як ізольоване використання музики в якості провідного лікувального фактору (прослуховування музичних творів певного змісту, індивідуальне або спільне виконання), так і доповнення музичним супроводом інших психотерапевтичних прийомів для посилення їх дії і підвищення ефективності, зокрема в початково-виховному процесі [3, с. 23, 39;4].

Значну роль в цьому випадку грає елемент спонтанності, вільного прояву дій і емоцій. При цьому можуть бути використані активні форми музикотерапії, до яких відносяться: *вокалотерапія* (про яку нижче піде мова), *ритмотерапія*, *хореотерапія* та ігрова психотерапія, де важлива роль відводиться самостійній участі людини в плануванні й здійсненні різних форм поведінки, супроводжуваних музикою.

Ми провели деякі дослідження зі студентами педагогічного закладу. Під час групових занять фоном звучала музика Баха і Моцарта. Як свідчать дослідження, твори Баха прояснюють мозок, а музика Моцарта розвиває розумові здібності. Крім цього, студенти, як один відповіли, що для стимулювання творчого мислення і допомоги в генерації нових ідей їм дуже допомагає музика Скрябіна, Шопена, Прокоф'єва. До речі, фортепіанна музика Прокоф'єва, налаштовує на високоінтелектуальний лад, на несподівані ідеї, пов'язані з космосом. Прослуховування у великому обсязі музики "поета фортепіано" Шопена значно збільшує гнучкість мислення.

Дослідив вплив багатьох інструментів на людину, вчені прийшли до висновку, що найсильніше всього на людину діє органна музика: вона приводить усі мозкові структури в стан резонансу. Як повідомляють німецькі фахівці, зранку бажано слухати твори Моцарта, Гайдна або Вівальді.

Слід наголосити, що з давніх часів відома цілюща сила деяких голосних. Особливе значення у звукотерапевтичній практиці приймає вокалотерапія й досі використовують в Індії та Китаї [4, с. 26-51]. Вокалотерапія базується на оздоровчих властивостях класичної манери співу. Особливо ефективна вокалотерапія при лікуванні бронхів, легенів, серцево-судинних захворювань та при зниженому імунітеті [4].

На індивідуальних заняттях з вокальних дисциплін, зокрема з постановки голосу, ми також провели зі студентами різної фахової підготовки низку досліджень з даної проблеми. Якщо розглядати це питання з точки зору музикотерапії (як свідчать фахівці, бажано проспівати деякі звуки), то рекомендації в області вокалотерапії будуть наступними. Голосні звуки, окрім "Є":

"А" – знімає будь-які спазми, лікує серце, жовчний міхур; "І" – лікує очі, вуха, тонку кішку, стимулює серцеву діяльність, пробиває ніс; "О" – живить діяльність підшлункової залози, усуває проблеми з серцем; "У" – поліпшує дихання, стимулює роботу нирок, сечового міхура, передміхурової залози (у чоловіків), матки та яєчників (у жінок); "И" – лікує вуха, покращує дихання; "Е" – поліпшує роботу головного мозку.

Слід зазначити й лікувальні властивості звукосполучень, зокрема:

"ОМ" – знижує кров'яний тиск; "АЙ", "ПА" – знімають болі у серці; "АП", "АМ", "АТ", "ІТ", "УТ" – виправляють дефекти мови; "УХ", "ОХ", "АХ" – витисняють з організму відпрацьовані елементи, частки негативної енергії.

У древнє китайській ЦИГУН-ТЕРАПІЇ пропонується: для лікування печінки широко відкривають очі, (як відомо, очі – "вікна" печінки) і дуже помірно видихають із звукосполученням "СЮЙ"; при лікуванні легенів підіймають руки долонями угору, при цьому вимовляючи на видиху звукосполучення "СІ"; серце лікують через видих із звукосполученням "КЕ", яке бажано вимовляти з широко відкритим ротом; для лікування жовчного міхура, видихаючи потрібно вимовляти звукосполучення "СІ" (при цьому людині бажано лежати на спині або на будь-якому боці); нирки лікують видихом із звукосполученням "ЧУЙ", одночасно обнявши руками коліна і голову потрібно держати прямо; на селезінку благотійно впливає видих із звукосполученням "ХУ"; для лікування онкологічних захворювань вимовляють звукосполучення "ХЕ" (при цьому потрібно покласти обидві долоні на орган, який непокоїть: ліва долоня прижимається до тіла, а праву потрібно покласти зверху на ліву) [3; 4, с.53].

Науково доведено цілюща сила промови деяких приголосних звуків (для більшого ефекту бажано ці звуки проспівати), а саме:

“В”, “Н”, “М” – налагоджують роботу головного мозку; “К”, “Щ” – лікують вуха; “Х” – захищає організм від відпрацьованих частин та негативної енергії, поліпшує дихання; “Ч” – покращує дихання; “С” – лікує шлунок, серце, легені; “М” – лікує серцеві захворювання; “Ш” – лікує печінку [2; 4, с. 34-68].

Згідно світогляду древнє східної медицини, серце та тонка кішка вважаються енергетично взаємопов'язаними органами, так само, як товста кішка і легені; очі, вуха, ніс і горло; голова і хребетний стовп; печінка і очі. Саме тому, лікарі Сходу стверджують, групи людських органів можна лікувати одними й тими ж звуками. Зв'язок людського голосу з нервовими центрами організму людини були відомі з давніх часів і широко використовувалися у лікувальній практиці на Сході. В наш час встановлено, вагоме значення має інтенсивність вимови, а для кращого ефекту “приспівування” звуків. Наприклад, низькою та середньою інтенсивністю має бути при лікуванні захворювань серця та легенів, а більш високою – при терапії органів черевної порожнини [3, с. 31-44, 56-87; 4].

Зауважимо, що для більшого лікувального ефекту “вимовляння” та “приспівування” окремих звуків та звукосполучень фахівці з даної проблеми рекомендують покласти руку на ту частину організму, де знаходиться лікувальний орган і увяйти його здоровим та активно працюючим.

Вчені багатьох країн пропонують нам невеличку “музичну аптечку”:

1. Зняти стрес допоможе музика Шуберта, Шумана, Чайковського, Листа.
2. Втішають, заспокоюють, наповнюють мужністю твори Бетховена.
3. Допомагають від алкоголізму і курива разом із гіпнозом і голкорексфлексотерапією – “Аве Марія” Шуберта, “Місячна соната” Бетховена, “Лебідь” Сен-Санса, “Метелиця” Свиридова.
4. Лікує від неврозів і роздратованості – бадьора музика Чайковського, Пахмутової і Таривердієва.
5. Язва шлунку і дванадцятиперстної кишки зникає при прослуховуванні “Вальсу квітів” з балету Чайковського “Спляча красуня” і музики Моцарта.
6. При втомі слухайте записи музики Луї Армстронга, Елвіса Преслі.
7. При синдромі хронічної втоми слухайте “Ранок” Грига, “Світанок над Москвою-рікою” (фрагмент з опери Мусоргського “Хованщина”), “Пори року” Чайковського, музику Брамса.
8. Повне розслаблення ви можете отримати від “Вальсу” Шостаковича з к/ф “Овід”, оркестру Пурселя, мелодії Лея з к/ф “Чоловік та жінка”, романсу Свиридова з музичних ілюстрацій до повісті Пушкіна “Метелиця”.
9. Нормалізує кров'яний тиск, серце “Весільний марш” Мендельсона.
10. Заспокоїть у гніві “Картинки с виставки” Мусоргського.
11. Знімає головну біль і мігрень прослуховування широковідомого “Полонезу” Огінського, мелодії Глюка, “Гуморески” Дворжака, “Весняної пісні” Мендельсона, музики Гершвіна.
12. Нормалізує сон і роботу мозку сюїта “Пер Гюнт” Грига.
13. При депресії допомагає “Хабанера” з опера Бізе “Кармен”, “Турецьке рондо” Моцарта, “Триумфальний марш” з опери “Аїда” Верді, хоча ноктюрни Шопена здатні викликати депресію.
14. Укріплюють імунну систему людини, спів хором “Реквієм” Моцарта.
15. Тонізуюча музика – той же полонез Огінського, “Чардаш” Монті, музика з к/ф “Шербургські парасольки” Леграна і хороший джаз або рок-н-рол.

Крім цього, науковці, дослідивши можливості музикотерапії, зазначили, що музика діє вибираючи – в залежності не тільки від її характеру, а й від інструменту, на якому вона виконується, наприклад:

1. печінка позитивно реагує на дерев'яні духові інструменти – гобой, кларнет; 2. роботу кровоносних судів поліпшує той же кларнет; 3. при хворобах серця найбільш ефективні струнні (скрипка, віолончель); 4. на легені та бронхи позитивно діє флейта; 5. при радикулітах і невритах дуже ефективна труба (саме при цих недугах гру на ній застосовував знаменитий античний лікар Ескулап); 6. на сечостатеву систему гарно діє звук саксофона.

Для того, щоб правильно підібрати собі музично-терапевтичний засіб, важливо знати свій улюблений жанр, який вам найбільш до вподоби та зрозумілий. Який самий вплив на людину мають різні жанри музики?

1. У григоріанських піснеспівах використовуються ритми природного дихання, що дозволяє добитися відчуттів простору, добре підходять до занять медитації, можуть зняти стрес; 2. помірна музика у стилі бароко (Бах, Гендель, Вівальді, Кореллі) надають відчуття спокою, порядку, упевненості, створюють духовну атмосферу під час занять та роботи; 3. класична музика (Гайдн, Моцарт) відрізняється своєю елегантністю та прозорістю, здатна підсилити пам'ять та уяву і простір; 4. музика романтизму (Шуберт, Чайковський, Шопен, Лист) підкреслюють виразність, будять індивідуальність, містицизм, активують симпатію, кохання; 5. музика імпресіоністів (Дебюссі, Равель) заснована на музичних настроях та уявах, викликає приємні образи, наче у сновидіннях; 6. джаз, блюз в змозі підняти настрій й натхнення, відчуття радості, підвищити товарищівість, а також розвіяти втому та нудьгу; 7. румба, маранга, макарена живлять ритмами й імпульсивністю, що робить

серцебиття частим, дихання глибоким, примушує тіло рухатися, зокрема, самба, відрізняється властивостями збуджувати і заспокоювати одночасно; 8. рок-музика у виконанні таких артистів, як Елвіс Преслі, Стінг вміють пробудити почуття, стимулювати активні рухи, зняти напругу, ослабити біль і зняти неприємний ефект гучних і різких звуків, що присутні в доквіллі. Ця музика також здатна створювати напругу, стрес і біль в організмі; 9. релігійна, обрядова музика заспокоює, приводить до відчуттів утихомирення.

**Висновки...** Таким чином, музику необхідно використовувати у педагогіці для вирішення основних завдань: психофізіологічного (збереження здоров'я й підвищення працездатності учнів); соціологічного (збільшення привабливості й зацікавленості під час заняття), економічного (поліпшення й збільшення продуктивності праці під час уроку), та педагогічного, що спирається на директивні методи, продуктивність занять, активний тренінг, певні емоційні стани й успішність.

#### Література

1. Бехтерев В.М. Работа головного мозга в свете рефлексологии / В.М.Бехтерев. – Л.: Изд-во П.П.Сойкина, 1926. – 91 с.
2. Шушарджан С.В. Здоровье по нотам / С.В.Шушарджан. – М.: Перспектива, 1994. – 190 с.
3. Шушарджан С.В. Физиологические особенности воздействия вокалотерапии на организм человека: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. мед. наук: спец. 14.00.51 "Восстановительная медицина" / С.В.Шушарджан. – Москва, 1994. – 22 с.
4. Шушарджан С.В. Психофизиологические и биофизические основы адаптогенно-восстановительных эффектов музыкально-вокалотерапии: дис. ... доктора мед. наук: 14.00.51/ С.В. Шушарджан. – М., 1996. – 287 с.

#### Анотація

*У статті розглядаються питання музикотерапії та вокалотерапії в педагогічному навчально-виховному процесі студентів. Показано вплив музики, яка використовується в педагогіці для вирішення основних завдань, зокрема: психофізіологічного, соціологічного, економічного та педагогічного.*

#### Аннотация

*В статье рассматриваются вопросы музикотерапии и вокалотерапии в педагогическом учебном процессе студентов. Показано влияние музыки, которая используется в педагогике для решения основных заданий, а именно: психофизиологического, социологического, экономического и педагогического.*

#### Summary

*The questions of musical learning and singing learning in pedagogical educational process are studies in the article. The influence of music has also shown, which is used in Pedagogies in solving psychophysiological, sociological, economical and pedagogical problems.*

**Ключові слова:** педагогічний процес, музикотерапія, вокалотерапія.

**Ключевые слова:** педагогический процесс, музикотерапия, вокалотерапия.

**Key words:** pedagogical process, musical learning, singing learning.

Подано до редакції 17.03.2011.

УДК 371.134 : 373.5

© 2011.....**Борисенко Н.А.**  
**ХУДОЖНЬО-ТЕХНІЧНІ УМІННЯ У ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ТЕХНОЛОГІЙ**

**Постановка проблеми у загальному вигляді...** Україна сьогодні стоїть на шляху реформування освіти згідно вимог, які диктує сучасний стан розвитку науки, техніки та технологій. Тому актуальною стає технічна підготовка людини, обізнаність з технікою має бути невід'ємною якістю сучасної освіченої людини. У свою чергу для здорового становлення сфери почуттів особистості, її багатого емоційного розвитку важливими є заняття художньою творчістю. Робота кожного майбутнього вчителя технологій повинна бути побудована так, щоб учні пізнавали світ через мистецтво. Всі речі, які її оточують, мають нести елементи естетики.

Впродовж останнього десятиріччя в системі вищої освіти в Україні простежується характерна тенденція посилення інноваційності у сфері професійної підготовки нової генерації майбутніх педагогів. Пов'язане це, передусім, зі становлення ринкової економіки в державі, підвищенням ролі інтелектуальних функцій у професійній діяльності фахівця, необхідністю забезпечення сучасної загальноосвітньої школи кваліфікованими педагогічними кадрами.

“Оновлення змісту освіти є визначальною складовою реформування освіти в Україні і передбачає приведення його у відповідність з сучасними потребами особистості і суспільства”, – зазначається в Державній національній програмі “Освіта” (“Україна – XXI століття”). Одним із стратегічних завдань реформування змісту освіти в Україні визначено формування системи й обсягу знань, умінь, навичок творчої діяльності, інших якостей особистості на різних освітніх та кваліфікаційних рівнях. А шляхами для цього визначено, зокрема, прилучення школярів, студентів до надбань народної творчості, формування техніко-технологічних знань, практичних умінь і навичок, необхідних для їх залучення до продуктивної праці та оволодіння певною професією. Також важливим є