Список литературы

1. Абдуллин Э.Б., Николаева Е.В. Теория преподавания музыки в общеобразовательных учреждениях : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М. : Прометей, 2003.
2. Борытко Н.М., Соловцова И.А., Байбаков А.М. Теория и методика воспитания : учебник для студ. пед. вузов / под ред. Н.М. Борытко. Волгоград : Изд-во ВГИПК РО, 2006.
3. Еремеева В.Д., Хризман Т.П. Мальчики и девочки — два разных мира. Нейропсихология — учителям, воспитателям, родителям, школьным психологам. М. : ЛИНКА-ПРЕСС, 1998.
4. Затямина Т.А. Современный урок музыки. М. : Глобус, 2008.
5. Кабалевский Д.Б. Как рассказывать детям о музыке? М. : Просвещение, 1989.
6. Столярчук Л.И. Гендерный подход к педагогическому образованию // Изв. Волгогр. гос. пед. ун-та. Сер. : Пед. науки. 2011. № 8(62).
7. Щукина Г.И. Проблемы познавательного интереса в педагогике. М., 1971.

* * *

1. Abdullin E.B., Nikolaeva E.V. Teoriya prepodavaniya muzyiki v obscheobrazovatelnyih uchrezhdeniyah : ucheb. posobie dlya stud. vyissh. ucheb. zavedeniy. M. : Prometey, 2003.
2. Boryitko N.M., Solovtsova I.A., Baybakov A.M. Teoriya i metodika vospitaniya : uchebnik dlya stud. ped. vuzov / pod red. N.M. Boryitko. Volgograd : Izd-vo VGIPK RO, 2006.
3. Eremeeva V.D., Hrizman T.P. Malchiki i devochki — dva raznyih mira. Neyropsihologiya — uchitelyam, vospitatelyam, roditelyam, shkolnyim psihologam. M. : LINKA-PRESS, 1998.
4. Zatyamina T.A. Sovremennyiy urok muzyiki. M. : Globus, 2008.
5. Kabalevskiy D.B. Kak rasskazyivat detyam o muzyike? M. : Prosveschenie, 1989.
6. Stolyarchuk L.I. Gendernyiy podhod k pedagogicheskomu obrazovaniyu // Izv. Volgogr. gos. ped. un-ta. Ser. : Ped. nauki. 2011. № 8(62).
7. Schukina G.I. Problemyi poznavatelnogo interesa v pedagogike. M., 1971.

Means to develop teenagers' interest to classical music at a secondary school

There is given the scientific definition of teenagers' interest to classical music, marked out the criteria of its formation. There are described the means of developing the interest to classical music.

Key words: *classical music, interest to classical music, teenagers, means.*

(Статья поступила в редакцию 10.10.2014)

Г.Ш. БАЯНОВА, Л.М. КАШАПОВА
(Сибай)

РОЛЬ МУЗЫКОТЕРАПИИ В ФОРМИРОВАНИИ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ УЧАЩИХСЯ

Рассматриваются возможности использования музыкотерапии в формировании культуры здорового образа жизни учащихся музыкальной школы. Приводятся исторические примеры использования музыкальной терапии, определяется понятие «культура здорового образа жизни учащихся», выявляются условия применения музыкотерапии на уроке.

Ключевые слова: *музыкотерапия, культура здорового образа жизни, учащийся, музыкальная школа.*

В последнее время мы все чаще обращаем внимание на то, что современная медицина использует возможности музыкального искусства (соматические, нервно-психические и др.) в деле сохранения и укрепления здоровья населения. Медики объясняют свой выбор коммуникативными функциями музыки, инициирующей коррекцию эмотивной сферы, влияющей на деятельность человека. Звучание музыки положительно действует на иммунную систему, что приводит к снижению заболеваемости, улучшает обмен веществ и, как следствие, активизирует восстановительные процессы. Именно поэтому современные исследователи обозначают музыкальную деятельность как здоровьесберегающую и здоровьеформирующую (В.И. Петрушин, Т.В. Львова). Мы, в свою очередь, используем средства музыкальной деятельности в формировании культуры здорового образа жизни детей.

Исторический опыт формирования здорового образа жизни взрослых и детей свидетельствует о том, что он изначально закладывался представителями различных сфер научных дисциплин. В отдельных работах отмечается, что начала представлений о здоровом образе жизни человека были заложены на Востоке [4; 6;14]. Уже в Древней Индии в VI в. до н.э. в Ведах были сформулированы основные принципы ведения здорового образа жизни. Один из них – достижение устойчивого равновесия психики. В тибетской медицине в известном трактате «Чжуд-ши» невежество считалось общей причиной всех болезней. Умеренность во

© Баянова Г.Ш., Кашапова Л.М., 2015

всем, природная естественность и преодоление невежества – основные составляющие здорового образа жизни, определяющие физическое и психическое благополучие человека.

Восточная философия основана на понимании человека как целого, неразрывно связанного с непосредственным окружением, природой, космосом и ориентирована на поддержание здоровья, выявление огромных возможностей человека противостоять недугам. Такие же воззрения присутствовали и в философии Древней Греции и Древнего Рима. Рассуждая о здоровье и болезнях человека, античные мыслители сформулировали большое количество жизненных правил и полезных истин, касающихся практик здорового образа жизни.

В древности считали, что все органы человека как биологического вида обладают характерными частотами вибрации, которые, будучи правильно выбранными, помогают восстановить потенциальные силы организма [12, с. 5]. Так, рассмотрение данного вопроса можно найти в трудах Пифагора, Платона, Аристотеля, Корнелия Цельса, Квинтилиана, Плутарха, Сорана Эфесского, Абу ибн Сины (Авиценны) и др.

Согласно воззрениям Демокрита, каждый человек сможет прожить счастливую жизнь, если будет жить соответственно своей природе, соблюдая при помощи мудрости чувство меры, стремясь к справедливости и принимая на себя ответственность за свои поступки. При этом прекрасное постигается путем изучения и ценой больших усилий, дурное усваивается само собой, без труда [14]. Гиппократ в трактате «О здоровом образе жизни» рассматривает данный феномен как некую гармонию, к которой следует стремиться путем соблюдения целого ряда профилактических мероприятий. Он акцентирует внимание в основном на физическом здоровье человека.

В ключевом аспекте выбранной нами темы рассуждения Аристотеля можно считать первыми подступами к решению проблемы здоровьесбережения в образовательном процессе. Более того, философ не обосновывал научно категорию «здоровье» и факторы, сопутствующие успешности его сохранения. Тем не менее он обратил внимание на положительные эмоции, жизненно важные для человека, что, на наш взгляд, является значимым обстоятельством для последующего развития педагогической мысли: «…счастливая жизнь и счастье состоит в том, чтобы жить хорошо, а хорошо жить – значит жить добродетельно» [2, с. 306].

Многие работы древнеримского медика Сорана Эфесского (98 –138 гг.) были посвящены поддержанию здорового духа ребенка посредством музыкального воздействия [10]. Этой теме посвятил ряд работ знаменитый римский врач Клавдий Гален (ок. 130–ок. 200), славившийся своей медицинской школой. Примечательно, что первым испытанием при приеме в его школу был экзамен по музыке. Гален говорил, что врач не может правильно прослушать человека, если он ничего не смыслит в музыке [1].

Можно отметить, что отечественная педагогика уделяла музыке очень большое значение, поскольку многие ученые использовали не развлекательные ее функции, а регулятивные, коррекционные. Так, известный ученый и педагог К.Д. Ушинский утверждал, что если вы заметили, что класс «устал, рассеян, работает вяло <…> заставьте пропеть какую-нибудь песенку – и все придет опять в порядок, энергия возродится, и дети опять начнут работать по-прежнему» [13, с. 38]. Подчеркнем, что, не употребляя термина *здоровьесбережение,* Ушинский говорит о потребности продуманного психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса, способствующего раскрытию природных задатков, с одной стороны, и нивелированию последствий интенсификации объема учебного материала в данном процессе – с другой.

В мае 1914 г. выдающийся русский медик-психиатр, невропатолог, физиолог, психолог В.М. Бехтерев (1857–1927) выступил с докладом «Значение музыки на эстетическом воспитании ребенка с первых дней его детства» [3, с. 154–163], обратив внимание на использование музыкального творчества в целях укрепления здоровья. Известный академик убедительно показал, насколько необходимо приобщение к музыке в самом раннем возрасте для нормального последующего развития организма человека. Сегодня утверждение, что музыка лечит, практически можно считать аксиомой, т. к. мир этого вида искусства многообразен, содержит неисчерпаемую фантазию, наполнен творческой энергией.

Таким образом, становится понятным факт, что сегодня одним из популярных видов терапии является музыкотерапия (В.М. Бехтерев, С.С. Корсаков, И.М. Догель, С.И. Консторум, Г.П. Шипулин, Л.С. Брусиловский, В.И. Петрушин, С.В. Шушарджан и др.). Несмотря на расхождение в детализации проблемы, ученые в качестве проявлений лечебного и коррекционного воздействия этого вида терапии выделяют такие, как:

– регулирование психовегетативных процессов, физиологических функций организма;

– катарсис, регуляция психоэмоционального состояния;

– повышение социальной активности, приобретение новых средств эмоциональной экспрессии;

– облегчение усвоения новых положительных установок и форм поведения, коррекция коммуникативной функции;

– активизация творческих проявлений [7, с.109].

Изучая опыт использования методов музыкальной терапии И.А. Евдокимовой, можно отметить, что музыка затрагивает глубинные эмоционально-образные пласты личности. Важно отметить, что это становится возможным уже в раннем детстве, когда у ребенка еще не существует понятийного языка. Музыка способствует пробуждению фантазии и помогает скорейшему выходу из неблагоприятного психоэмоционального состояния [5, с.108–109]. Не случайно методы музыкальной терапии И.А. Евдокимовой представлены комплексно: слушание музыки, пение, спонтанные и контролируемые формы творчества, т. к. такая смысловая трактовка способствует на основе эмоционально-ассоциативного воздействия позитивности аффективной составляющей психического состояния, когда индивид ощущает музыку «всем телом».

Наше внимание привлекает использование уникальных способов и приемов музыкотерапии в формировании культуры здорового образа жизни детей.

Одной из важнейших логических звеньев здорового образа жизни является взаимосвязь образа жизни и здоровья человека (И.И. Брехман, В.А. Крючков, М.В. Сандлер и др.). Подтверждением тому служат данные ряда отечественных и зарубежных исследователей, согласно которым здоровье населения более чем на 50% определяется образом жизни (Царегородцев, 1998) [9, с. 131]. Новая парадигма здоровья четко и конструктивно определена академиком Н.М. Амосовым: чтобы стать здоровым, нужны собственные усилия, постоянные и значительные, и заменить их ничем нельзя.

Анализируя предшествующий опыт, мы сформулировали следующее определение. *Культура здорового образа жизни* учащегося – это степень сформированности мировоззрения в отношении сохранения и укрепления своего здоровья, активная здравотворческая жизненная позиция в действиях, отношениях, поведении. Исходя из данного определения, можно сказать, что положительный жизненный опыт, заложенный в музыке, как ничто другое способствует полноценному развитию положительных черт и свойств учащегося и может гармонически, духовно, психически повлиять на становление личности учащегося. Ведь музыка характеризуется как вид искусства, отражающий действительность в звуковых художественных образах, основывающийся на способностях человека ассоциировать слуховые ощущения с собственными переживаниями, с состоянием и процессами внешнего мира. Важно подчеркнуть, что она, являясь «специфической формой невербальной коммуникации», имеет практически неограниченный диапазон воздействия на человека [8, с. 197].

В данном отношении музыкальная деятельность является идеальным пусковым механизмом для развития всех органов чувств, памяти, внимания, воли, а также базой для формирования высокого уровня эстетической культуры в целом. Опыт со всей очевидностью показывает, что «музыка – это открытие себя в себе, путь к себе, интимное самораскрытие» [11, с. 117]. Именно поэтому в плане высоких потенциальных возможностей особый интерес представляют музыкальные школы, содержание работы которых диктуется задачами духовно-нравственного, интеллектуального и физического развития, т.е. формирования всего, что объединяется понятием «человек». В связи с этим социально-психологические проблемы здорового образа жизни детей нужно решать, одновременно применяя терапевтический потенциал музыкальной деятельности.

Мы считаем, что в условиях детской музыкальной школы как учреждения, которое может применять приемы музыкотерапии в своем образовательном процессе, актуализация и решение проблемы формирования культуры здорового образа жизни на сегодня могут сыграть одну из ведущих ролей в становлении жизненных установок обучающегося. Благоприятные условия воплощения подобного замысла и потенциальные возможности музыкального искусства позволяют придать процессу обучения ребенка музыке здоровьесберегающую и образовательно-творческую направленность. В детской музыкальной школе возможно решить целый комплекс задач, которые лежат в основе формирования культуры здорового образа жизни:

– позитивное отношение к жизни;

– успешная стратегия поведения в обществе;

– отсутствие коммуникативной боязни в обществе, перед аудиторией;

– творческое созидание и мировосприятие;

– деятельная жизненная позиция;

– физическое самосовершенствование.

Важными условиями при организации процесса формирования культуры здорового образа жизни с помощью элементов музыкотерапии являются, во-первых, внедрение в системе всех занятий элементов музыкотерапевтических задач, которые бы способствовали укреплению физических, двигательных и других возможностей организма; во-вторых, использование музыкотерапевтического опыта учащегося в дальнейших жизненных ситуациях. При реализации музыкотерапии на уроке следует учесть следующие организационные условия:

1) психологически комфортное начало и окончание урока;

2) одобрение и оценивание различных творческих проявлений учащегося;

3) связь музыки с опытом из жизни учащегося;

4) использование музыкальных энергетических разрядок, музыкальных минут отдыха, эмоциональных пауз;

5) внедрение в учебный процесс системы активных музыкально-оздоровительных мероприятий, направленных на формирование культуры здорового образа жизни обучающихся и преподавателей в единстве всех его компонентов.

Последнее условие дает положительный результат в случае комплексного проведения, постоянства, регулярности и постепенного усложнения содержания этих мероприятий.

Таким образом, использование музыкотерапии в образовательном процессе не только музыкальных, но и общеобразовательных школ может дать положительный результат в деле формирования культуры здорового образа учащегося.

Список литературы

1. Ардаширова Э.Т. Интеграция музыкального искусства с естественно-математическими и гуманитарными науками в педвузе. М., 2001.

2. Аристотель. Сочинения : в 4 т. М. : Мысль, 1976. Т. 1.

3. Бехтерев В.М. Значение музыки в эстетическом воспитании ребенка с первых дней его детства // Проблемы развития и воспитания человека / под ред. А.В. Брушлинского, В.А. Кольцовой. М., 1997.

4. Гарбузов В.И. Практическая психотерапия, или Как вернуть ребенку и подростку уверенность в себе, истинное достоинство и здоровье. СПб. : Сфера, 1994.

5. Евдокимова И.А. Музыкотерапия в комплексном лечении соматических расстройств// Музыкальная психология и психотерапия. 2010. №1. С.108–109.

6. Каширский Ю.М. Формирование здорового образа жизни населения как основа профилактики его заболеваемости и увеличения средней продолжительности жизни [Электронный ресурс]. URL : http://www.michkvd.narod.ru/doki/statya02.pdf.

7. Львова Т.В. Музыкально-педагогическая реабилитация детей с психосоматическими нарушениями // Музыкальная психология и психотерапия. 2009. №6.

8. Методологическая культура педагога-музыканта : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Э.Б. Абдуллин, О.В. Ванилихина, Н.В. Морозова [и др.] ; под ред. Э.Б. Абдуллина. М. : Академия, 2002.

9. Миронова Е.В. Теоретический подход к определению понятия «здоровье» и здорового образа жизни // Изв. ПГПУ. Сер. : Естественные науки. 2006. №1(5).

10. Петрушин В.И. Музыкальная психология. М. : Владос, 1997.

11. Психология музыкальной деятельности // под ред. Г.М. Цыпина М. : Академия, 2003.

12. Слепневы А. и Дм. Руки в музыке искупай : мелодии здоровья. М. : ФАИР-ПРЕСС, 2000.

13. Ушинский К.Д. Педагогические сочинения : в 6 т. / сост. С.Ф. Егоров. М.: Педагогика, 1989. Т. 4 .

14. Шклярук В.Я. Историко-философские представления о здоровье и продолжительности жизни человека // Философия и общество. 2007. №4. С.155–164.

* * *

1. Ardashirova E.T. Integratsiya muzyikalnogo iskusstva s estestvenno-matematicheskimi i gumanitarnyimi naukami v pedvuze. M., 2001.

2. Aristotel. Sochineniya : v 4 t. M. : Myisl, 1976. T. 1.

3. Behterev V.M. Znachenie muzyiki v esteticheskom vospitanii rebenka s per-vyih dney ego detstva // Problemyi razvitiya i vospitaniya cheloveka / pod red. A.V. Brushlinskogo, V.A. Koltsovoy. M., 1997.

4. Garbuzov V.I. Prakticheskaya psihoterapiya, ili Kak vernut rebenku i podrostku uverennost v sebe, istinnoe dostoinstvo i zdorove. SPb. : Sfera, 1994.

5. Evdokimova I.A. Muzyikoterapiya v kompleksnom lechenii somaticheskih rasstroystv//Muzyikalnaya psihologiya i psihoterapiya. 2010. №1. S.108–109.

6. Kashirskiy Yu.M. Formirovanie zdorovogo obraza zhizni naseleniya kak osnova profilaktiki ego zabolevaemosti i uvelicheniya sredney prodolzhitelnosti zhizni [Elektronnyiy resurs]. URL : http://www.michkvd.narod.ru/doki/statya02.pdf.

7. Lvova T.V. Muzyikalno-pedagogicheskaya reabilitatsiya detey s psihosomaticheskimi narusheniyami // Muzyikalnaya psihologiya i psihoterapiya. 2009. №6.

8. Metodologicheskaya kultura pedagoga-muzyikanta : ucheb. posobie dlya stud. vyissh. ped. ucheb. zavedeniy / E.B. Abdullin, O.V. Vanilihina, N.V. Morozova [i dr.] ; pod red. E.B. Abdullina. M. : Akademiya, 2002.

9. Mironova E.V. Teoreticheskiy podhod k opredeleniyu ponyatiya zdorove i zdorovogo obraza zhizni // Izv. PGPU. Ser. : Estestvennyie nauki. 2006. №1(5).

10. Petrushin V.I. Muzyikalnaya psihologiya. M. : Vlados, 1997.

11. Psihologiya muzyikalnoy deyatelnosti // pod red. G.M. Tsyipina M. : Akademiya, 2003.

12. Slepnevyi A. i Dm. Ruki v muzyike iskupay : melodii zdorovya. M. : FAIR-PRESS, 2000.

13. Ushinskiy K.D. Pedagogicheskie sochineniya : v 6 t. / sost. S.F. Egorov. M.: Pedagogika, 1989. T. 4 .

14. Shklyaruk V.Ya. Istoriko-filosofskie predstavleniya o zdorove i prodolzhitelnosti zhizni cheloveka // Filosofiya i obschestvo. 2007. №4. S.155–164.

Role of music therapy in development of pupils' healthy lifestyle

There is considered the potential of music therapy in development of music school pupils' healthy lifestyle. There are given the historic examples of music therapy use, defined the notion "culture of pupils' healthy lifestyle", revealed the conditions of music therapy use at a lesson.

Key words: *music therapy, culture of healthy lifestyle, pupil, music school.*

(Статья поступила в редакцию 22.10.2014)

КИМ ХИ ЧЖУН
(Москва)

ПРОБЛЕМЫ ИМПРОВИЗАЦИИ В КОРЕЙСКОМ ТЕАТРАЛЬНОМ ИСКУССТВЕ И ПЕДАГОГИКЕ

Описываются черты корейской национальной культуры и традиции образования, существенные с точки зрения профессионального обучения и воспитания актера, возможности синтеза достижений мировой театральной педагогики и корейской традиции. Особое внимание уделено проблемам использования импровизации в театральной школе Кореи.

Ключевые слова: *импровизация, корейская культура, корейский менталитет, театральное образование Кореи, театральная педагогика, корейская театральная школа.*

Корейский театр и корейская педагогика долгое время развивались вне русла мирового театрального процесса. Экономический рост Южной Кореи и укрепившиеся в связи с этим политические и культурные связи с западным миром и Россией изменили ситуацию, но синтез достижений мировой театральной педагогики и корейской традиции проходит очень непросто. Многие принятые в мировом театре средства воспитания актера и методы работы над спектаклем в корейском театре не находят понимания. В частности, в корейской театральной школе крайне редко используется сценическая импровизация. Попытаемся разобраться в причинах этой проблемы.

Я помню, что, когда я приехала в Россию, я с удивлением смотрела на русских студентов. Прежде всего, меня удивила их свобода в общении с педагогами и друг с другом. Это не значит, что корейские студенты не свободны. Но способы выражения свободы у русских и корейцев существенно отличаются.

Например, русские студенты могут открыто выражать свои чувства. В разговоре с учителем студенты занимают позицию не только слушателей: они вместе обсуждают тот или иной предмет, иногда вступают в полемику с педагогом. Когда корейские студенты излагают свое видение какого-либо вопроса, они иногда стесняются или боятся сделать ошибку. Именно вызванное этими обстоятельствами беспокойство – одно из препятствий на пути к творческой свободе.

Думается, что причина пассивной позиции и некоторой скованности корейских учащихся – в корейском национальном характере и менталитете и в традициях актерского образования. С древних времен корейцы считают, что добродетель – это уважение к старшим, скромность и стремление принизить себя. Раньше самым главным человеком в семье был отец, поэтому мать и дети были более пассивными и иногда даже не могли позволить себе высказать свое отношение к той или иной проблеме. Мнение старших обычно уважали больше, чем свое.

Кроме того, корейцы не привыкли выражать свою точку зрения, согласие или несогласие, одобрение или осуждение и вообще обсуждать какие-либо проблемы с людьми, которые имеют более высокий профессиональный, социальный или другой статус.

В корейском языке есть поговорка: «Даже не наступать на тень мастера». Это значит, что учитель намного выше ученика и на него должно смотреть с уважением. Корни таких отношений – в конфуцианстве, которое глубоко проникло в жизнь корейского общества. Один из фундаментальных тезисов конфуцианства – об-

© Ким Хи Чжун, 2015