

**Пренатальні психосоматичні реакції та післянатальний розвиток і формування особистості дитини: педагогічний, психологічний, медичний аспекти. Матеріали всеукраїнської науково-практичної конференції 14-15 квітня 2004 р.– Полтава, 2005. – С. 182– 184.**

Євстігнєєва Н.І.

Полтавський педагогічний університет імені В.Г. Короленка

Кафедра музики

## **ФУНКЦІОНАЛЬНА МУЗИКА**

### **ЯК ФАКТОР ОПТИМІЗАЦІЇ РОЗУМОВОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ**

Завдяки тому, що музика виникла як супроводжуючий елемент трудової діяльності людини, її можна використовувати в цілях створення сприятливого фону для розумової та фізичної діяльності. Музика у якості фону сприяє мобілізації функціональних резервів організму людини, здатна зняти зайве психічне напруження, покращити настрій, зменшити стомлення та підвищити рівень працездатності. *Метою* даної статті є розгляд теоретичних засад та ефективних умов використання функціональної музики у навчальному процесі з метою оптимізації розумової працездатності учнів.

Роль музики у емоційному стимулюванні учбової діяльності досліджувались Л.В. Костюхіною; вплив функціональної музики на розумову працездатність вивчав О.О. Калашніков; у експериментальних роботах Н.У. Вязовець висвітлюється досвід профілактичного застосування функціональної музики у стресових (екзаменаційних) ситуаціях. Проблемою виявлення умов ефективного використання музичного мистецтва для супроводу розумової діяльності за рубежом займалися Е.Л. Гейтвул, В.С. Міддлтон та ін.

Музика, яка використовується для супроводу діяльності із за домінування у ній прикладних, психогігієнічних функцій, у науковій літературі називається

"функціональна музика" (І.А. Гольдварг, А.А. Калашніков, В.К. Ліпінський, А.Б. Леонова, М.Р. Могендович, Р.П. Повілейко, В.Б. Полякова).

Функціональна музика – це виокремлена з певною метою частина музичного мистецтва, як підлягає загальним закономірностям впливу музики на людину, підібрана за певними критеріями, покликана стимулювати психофізіологічні функції людини в процесі трудової діяльності [1].

Можливість прикладного застосування музичного мистецтва для оптимізації розумової працездатності пояснюється існуванням комітатної або супроводжуючої форми музичного сприйняття, що дозволяє поєднувати процес сприйняття музики з різними формами розумово-практичної діяльності (Г.С. Костюк). Сприйняття музики при цьому відбувається опосередковано, шляхом її впливу на неусвідомлену сферу психіки [2].

Музика по відношенню до головного виду діяльності, яку виконує людина, виступає слабким субдомінантним подразником нервової системи, що посилює осередок робочої домінанти – виконання основної діяльності. Музика впливає на організм працюючого як звуковий подразник, який сприяє упорядкуванню організмичних процесів. Оскільки нервова система та інші органи людини в певних умовах здатні засвоювати ритм (за думкою Г.І. Россоліно ритм є виразом емоційного змісту музичного твору), сприймання ритму вважається слухо-моторним процесом. Завдяки цьому, в музиці завжди відчувається рух, інтенсивність сприймання якого знаходиться в прямій залежності від ритмічності музики (Р.Г. Кальве). Оскільки засвоєння музичного ритму різними системами організму – це рефлекторний процес, то музика може сприяти підвищенню м'язової активності. За твердженням Г.А. Ільїної, це особливо яскраво проявляється у дітей [5].

Крім цього, музика є формуючим позитивні емоції емоційним подразником, підвищуючи збудливість вищих відділів ЦНС, активізуючи інтелектуальну діяльність (М.Р. Могендович). Вищевикладені положення

дозволяють вважати музику *фізіологічним (біологічним) стимулятором розумової працездатності* [3;4].

У дослідженнях Л.Н. Трегубової та Т.Н. Метельницької доведено доцільність використання музики з метою зняття стомлення учнів та підвищення їх розумової працездатності. Також виявлені види учбової діяльності, які можуть супроводжуватись функціональною музикою: самостійні роботи по різних дисциплінам, робота на уроках праці, креслення та т. і. Музика впливає й на творчу діяльність школярів, на зняття емоційного напруження у передекзаменаційних ситуаціях [4;6].

Отже, у якості супроводу розумової діяльності музика сприяє створенню певного емоційного настрою, спрямовує та стимулює фантазію, зменшує емоційне напруження в емоціогенних ситуаціях, підсилює сугестивні установки. Крім того, музика як поліфункціональне мистецтво, паралельно з активізуючим та оптимізуючим діянням, спричиняє на людину естетичний та виховний вплив.

Аналізуючи результати науково-практичних пошуків застосування функціональної музики у навчально-виховному процесі, ми дійшли висновку, що умовами ефективного використання функціональної музики є:

- аналіз виду учбової діяльності на предмет доцільності використання музичного супроводу;
- урахування періоду розумової працездатності;
- правильний добір музичних програм функціональної музики, який передбачає дотримання прикладного, гедоністичного, сугестивного, естетичного критеріїв добору.

*Прикладний критерій* полягає в доборі музичних фрагментів, які актуалізують комітатне сприйняття учнів, можуть виступати фоном учбової діяльності.

*Гедоністичний критерій* полягає в тому, що добір музики необхідно здійснювати з урахуванням естетичних смаків реципієнтів, тобто музичні фрагменти повинні подобатись школярам. При цьому музичні твори можуть

належати до різноманітних жанрів, епох та стилів (наприклад, можуть бути використані класичні, народні, естрадні мелодії тощо). Слід зауважити, що музичні уподобання слухачів залежать від рівня їх загальної та музичної культури.

*Сугестивний критерій* передбачає урахування сугестивних можливостей музичного мистецтва. *Естетичний критерій* – включення до музичного репертуару функціональної музики високохудожніх музичних творів різних жанрів.

Крім вищевказаних умов ефективного використання функціональної музики, необхідне певне структурування послідовності дій, що передбачає створення вчителем системи "музика – учень – учбова діяльність", іншими словами, є певним "музичним режимом навчального дня школяра", який наведемо далі.

На початку навчального дня прослухати бадьору, життєрадісну музику, маршового або танцювального характеру, яка містить призивні інтонації, так звану "зустрічну музику" [3,35]. Мета: настроїти на активний стан готовності продуктивно навчатись (стан бадьорої активності). Установка – на успішність виконання навчальних завдань, бадьорий, гарний настрій, активну, творчу роботу, приємне та продуктивне спілкування.

У періоді напрацювання використовуються музичні твори естрадного інструментального жанру, середнього, рівного темпу, м'якого ритму. Голосність звучання – тихіше ніж зустрічна музика. Мета: підтримання працездатності. Далі можна використати музичні твори більш швидкого темпу у порівнянні з попереднім, що сприяє активізації.

У період прогресивного зниження працездатності та з'явлення перших симптомів стомлення, на четвертій-п'ятій годині занять, варто провести "музичні хвилинки" тривалістю 1,5-2 хв. Мета: відволікти від роботи, тимчасово розвантажити робочі центри для накопичення сил до завершального етапу роботи. Використовуються музичні твори розважального характеру.

Можливо використовувати різноманітні за формою та змістом фрагменти – ефектні, колоритні. Таку музику називають "музикою відпочинку" [3,32].

Наприкінці занять доречно звучання "заключної музики" [4,15], тривалістю біля однієї хвилини. Бажані музичні твори з контрастними частинами, гострою зміною тональностей, динамічними, темповими та емоційними зрушеннями, бадьорого характеру. Музика створює піднесений настрій, почуття задоволення від закінчення навчального дня.

Орієнтовним переліком музичних творів, фрагменти яких можна включити в програми функціональної музики може бути наступний: *Класичні твори*: Бах І.С. "Кантата №2"; Бетховен Л. "Місячна соната" ч.2; Прокоф'єв С. "Соната Ре"; Штраус І. Вальси; Рубінштейн А. "Мелодія"; Бетховен Л. "Шоста симфонія", ч.2; Брамс І. "Колискова"; Шуберт І. "Аве Марія"; Шуберт І. "Анданте"; Шопен Ф. "Ноктюрн сім'я мінор"; Дебюссі К. "Місячне світло"; Бах І.С. "Італійський концерт"; Сібеліус Я. "Фінляндія"; Бах І.С. "Концерт ре мінор для скрипки"; Барток Б. "Соната для фортепіано"; Бах І.С. "Кантата № 21"; Скорік О. «Мелодія»; Дворжак А. «Мелодія».

*Естрадні твори*: М. Маріконе «Музика до кінофільмів»; Дога Є. «Вальс»; Кажлаєв М. «Сумний наспів»; Керн Р. «Блюз»; Легар Ф. «Знайома мелодія»; Лей Ф. «Музика з до к/ф «Чоловік і жінка»; Роджерс З. «Блакитний місяць»; Тарівердієв М. «Ноктюрн»; Косинте Р. Музика з рок-опери «Горбань з Ноттердама»; Вишневецький В. «Вальс»; Глебов Е. «Інтермецо»; Зацепін А. «Зустріч»; Гершвін Дж. «Будьте ласкаві»; Лорін М. «Сіртаки»; Міллер М. «Спогади», «Місячна серенада»; Цфасман А. «Звуки джазу»; Чайкин Н. «Пасадобль»; Шостакович Д. «Романс» з к/ф «Овод», Штраус І. «Персидський марш»; Сенневіль Д. «Серенада для Аделіни».

Знання теоретичних засад використання функціональної музики з метою оптимізації розумової працездатності школярів, а також умов її впровадження у шкільний навчальний процес допоможе вчителю суттєво підвищити ефективність педагогічного впливу.

## Література

1. Калашников А.А. К вопросу о влиянии функциональной музыки на физиологические показатели и работоспособность при умственной работе // Физиологический журнал, 1979. – Т. 25. – № 2. – С. 177 – 181.
2. Костюк Г.С. О многообразии форм музыкального восприятия //Тезисы докладов к III Всесоюзному съезду психологов. – Т. 2. – М., 1973. – С.99-123.
3. Костюхина Л.В. Эмоциональное стимулирование учебно-познавательной деятельности учащегося ПТУ средствами сопутствующей музыки. Дис.... канд. пед. н. – Одесса, 1989. – 222 с.
4. Метельницкая Т.Н. Применение музыки в педагогическом процессе. – М., 1980. – 25 с.
5. Ростовський О.Я. Педагогіка музичного сприймання: навч.-метод. посібник.– К.: ІЗМН, 1997. – 248 с.
6. Трегубова Л.Н. Использование функциональной музыки в учебном процессе // Вопросы внушающего воздействия в педагогике. – Пермь: Пермское книжное издательство, 1972. – С. 150-163.

*Ключові слова:* функціональна музика; “музика-учень-учбова діяльність”; прикладний, гедоністичний, сугестивний, естетичний критерії добору музичних програм; оптимізація навчального процесу.

В статье рассматриваются теоретические основания и условия применения функциональной музыки для оптимизации умственной деятельности школьников. Знание указанных положений поможет учителю существенно повысить эффективность педагогического воздействия.

Theoretical grounds and conditions of application of functional music for optimization of intellection of schoolboys are considered In article. The knowledge of indicated positions will help a teacher substantially to promote efficiency of pedagogical influence.