

УДК 784:[37.013.8:7]:613.9

DOI:

Іван Заболотний, заслужений діяч мистецтв України,
професор кафедри хорового диригування, вокалу та методики музичного навчання
Навчально-наукового інституту культури і мистецтв
Сумський державний педагогічний університет імені А.С. Макаренка

ВОКАЛЬНО-ХОРОВИЙ СПІВ ЯК ОЗДОРОВЧЕ МИСТЕЦТВО У КОНТЕКСТІ РОЗВИТКУ ТЕОРІЇ І ПРАКТИКИ МУЗИЧНОЇ ОСВІТИ

У статті висвітлюється вокально-хоровий спів як оздоровче мистецтво у контексті розвитку теорії і практики музичної освіти. Актуалізується твердження щодо досліджень впливу вокально-хорового співу на людину, які ґрунтуються на тому, що фізіологічний стан має оздоровчий ефект. Узагальнюючи вищевикладене, можемо стверджувати, що вокально-хоровий спів спрямований на профілактику захворювань, корекцію і реабілітацію здоров'я студентської молоді.

Ключові слова: вокально-хоровий спів; оздоровче мистецтво; майбутні учителі музики; музична освіта; педагогічні умови.

Лит. 5.

Ivan Zabolotnyi, Honored Artist of Ukraine, Professor of the Choral Conducting,
Vocal and Methods of Music Education Department
Culture and Arts Educational and Scientific Institute
Sumy Anton Makarenko State Pedagogical University

VOCAL-CHORAL SINGING AS HEALTH-IMPROVING ART IN THE CONTEXT OF MUSICAL EDUCATION THEORY AND PRACTICE DEVELOPMENT

In the article highlights the vocal-choral singing as health-improving art in the context of musical education theory and practice development. After analysis of scientific and methodological literature, it is emphasized that historically musical art was used to treat soul and body and has a universal effect on human emotional and physical condition. It is actualized the statement on research of the influence of vocal-choral singing per person, which is based on the fact that the physiological state has a health-improving effect. It is emphasized that vocal-choral singing as a process of interpersonal communication, affects physical, emotional, intellectual, social, aesthetic and spiritual aspects of future musical art teachers. It is characterized that three systems are used in the correct vocal sound formation: respiratory, nervous and static, that is, all organs of the external and internal environment are involved. It is proved that with the help of vocal-choral practices, the future specialist activates cognitive processes, motility, develops emotionality, promotes the development of the characteristics of thinking and improving self-esteem, acquires communicative skills, etc.

It is found that a special role in the healthy condition of future specialists plays a repertoire policy of choral works, which affects the mental, emotional processes, musical perceptions that are reflected by the person of objects and phenomena, in the aggregate of all their qualities in the direct action on the senses. The conditions that influence a future musical art teacher's physical condition are determined, namely: 1) taking into account the psychological state of participants; 2) taking into account the age characteristics of the participants; 3) taking into account the ability to concentrate attention and volitional efforts and behavior regulation.

Summarizing the foregoing, it can be stated that the vocal-choral singing is aimed at transforming the intellectual and emotional spheres of the individual, the prevention of diseases, correction and rehabilitation of student youth health.

Effective influence of vocal-choral singing as health-improving art in the context of musical education theory and practice can be successful only in case of reasonable use of the complex of relevant methods and techniques.

Keywords: vocal-choral singing; health-improving art; future musical art teachers; musical education; conditions.

Постановка проблеми. В умовах всесвітньої пандемії, заклади вищої освіти передбачають дистанційний навчальний процес, який пропонує використання інноваційних форм, методів і прийомів роботи з майбутніми фахівцями. Головною метою означеного процесу повинна бути особистість

студента, адже від того, який смисл має для нього професія, як він ставиться до інших людей, до себе, залежить успішність професіоналізації.

Сутність нових форм і методів охоплює моніторинг стану здоров'я студентської молоді, вдосконалення програми з урахуванням вікових особливостей, урізноманітнення діяльності з

метою підвищення резервів здоров'я і працездатності майбутніх учителів. Поширенню вокально-хорового співу як оздоровчого мистецтва у контексті теорії і практики музичної освіти сприяє системна криза медичної допомоги, загальний негативний соціальний фон у суспільстві.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Теоретичний аналіз наукових праць вітчизняних та зарубіжних дослідників засвідчує наявність кількох напрямів досліджень щодо впливу музичного мистецтва на організм, душевний стан, інтелектуальну діяльність, естетичні потреби людини, а саме: психологічні дослідження про можливості коригувального впливу музики на емоційну й психологічну сферу людини (І. Волженцева, К. Завалко, Д. Кемпбел, В. Петрушин, Г. Побережна, Н. Савельєва-Кулик, Ю. Цагарелли, М. Чепіга, П. Якобсон та ін.); вітчизняні дослідники, що розробили методики використання музичного мистецтва як лікувального засобу: О. Жавініна, Л. Зац, Г. Шанських, Т. Яковенко. На основі вивчення та аналізу науково-методичної літератури, змісту та стану мистецької освіти було з'ясовано, що використання вокально-хорового співу як оздоровчого мистецтва у контексті теорії і практики музичної освіти залишилася поза належної увагою науковців і практиків.

Отже, **метою статті** є висвітлення вокально-хорового співу як оздоровчого мистецтва у контексті теорії і практики музичної освіти.

Виклад основного матеріалу. Загальновідомо, що мистецькі творіння, культурна спадщина в усі часи й епохи були ефективним засобом, що визначає майбутнє людства. Зокрема, музичне мистецтво має універсальну дію на емоційний і фізичний стан людини. У зв'язку з цим сучасний науковець і педагог Д. Кирнарська стверджує: "Необхідно навчатися музики не задля того, щоб стати музикантом, а для того, щоб бути найкращим у будь-якій професії" [1, 1]. У контексті теорії і практики мистецької освіти дослідник наголошує про важливість й обов'язковість музичного навчання для всіх.

Учені зазначають, що музичне мистецтво можна використовувати для виховання толерантності як принципу оптимізації взаємовідносин між людьми різних національностей та культур майбутніх фахівців в умовах полікультурного простору. Підґрунтям цього твердження слугують останні відкриття фундаментальної закономірності у сфері психології другої половини ХХ ст. – ефективна розумова діяльність потребує узгодженої, гармонійної роботи обох півкуль головного мозку, бо без цього

людина не змогла б нічого створити й усі її задуми так би і залишилися нереалізованими.

Історіографія вказує, що лікарі Древнього Риму, Китаю і Єгипту використовувало звуки музичного мистецтва для лікування душі й тіла. Філософи Стародавнього світу добре розуміли виховну, розвивальну і лікувальну роль музичного мистецтва й активно вводили його до змісту навчального процесу вихованців із метою збереження їхнього "здоров'я душі" [4].

Так, лікарі Древнього Китаю навіть приготували "музичні рецепти", за наявністю яких мелодія мала вплив на органи людського тіла. Китайський філософ Конфуцій виокремлював музичне мистецтво як засіб зміни поганих звичаїв, тому що вона вчить людину найтонших відтінків почуттів. Видатний вчений свого часу писав: "Розум утворюється читанням, характер виховується правилами поведінки, остаточну ж освіту дає музика" [2].

Одним з перших вчених, хто розкрив цілющі якості музичного мистецтва, був Піфагор, який стверджував, що музика підкоряється вищому закону (математиці) і відновлює в організмі людини гармонію. А перший лікар Гіппократ музичним мистецтвом допомагав пацієнтам, що страждали на безсоння та епілепсію. Пізніше вчені зробили висновки, що музичне мистецтво може знімати втому й заряджати людину енергією, позитивно впливати на систему кровообігу та дихання.

З цього приводу, сучасний науковець Н. Чонг [5] вивчає вплив стану світла на фізіологічний стан та сприйняття настрою людини під час прослуховування музики, виявлення того, як музичне мистецтво може викликати сильні емоції, підсилити почуття. У результаті наукового експерименту із залученням сімдесяти шістьох учасників, виявилися зміни у фізіологічному стані та сприйняттю настрою музики.

Одним з ефективних оздоровчих засобів теорії і практики музичної освіти є вокально-хорове мистецтво. Вокально-хоровий спів – це психологічне, моральне і естетичне середовище для розвитку музичного інтересу майбутніх фахівців для формування кращих людських якостей. Саме вокально-хоровий спів як процес міжособистісного спілкування, впливає на фізичну, емоційну, інтелектуальну, соціальну, естетичну і духовну сторони майбутніх учителів музичного мистецтва. З метою зміцнення чи збереження здоров'я студента, вокально-хорове мистецтво сприяє диверсифікації емоційно-інтелектуальної сфери особистості, підвищенню працездатності мозку, поширює розвиток мислення майбутніх фахівців.

Науковці стверджують, що вокально-хорове мистецтво може нормалізувати фізичний стан людини, адже під час цього процесу активно б'ється серце, дихають легені, послаблюється стан кровообігу завдяки реакціям, пов'язаним зі зміною подиху, тобто задіяний увесь організм. Нагадаємо, що у правильному вокальному звукоутворенні беруть участь три системи: дихальна, нервова і статична.

Як відомо, нервова система забезпечує взаємозв'язок між окремими органами й системами органів і функціонування організму як єдиного цілого. Вона регулює і координує діяльність різних органів, пристосовує діяльність всього організму як цілісної системи до мінливих умов зовнішнього і внутрішнього середовища. Використовуючи вокально-хоровий спів, можна змодельовати різні психічні стани, що, зі свого боку, сприяє здатності до психічної, рухової і пізнавальної діяльності. Механізм такого впливу вокально-хорового мистецтва пов'язане із діяльністю центральної нервової системи людини. За допомогою вокально-хорового співу у нервовій системі здійснюються сприйняття і аналіз різноманітних подразнень із навколишнього середовища і внутрішніх органів, а також відповідні реакції на ці подразнення.

За функціональною ознакою дихальна система поділяється на повітропровідні шляхи (носова порожнина, глотка, гортань, трахея, бронхи) і легені, в яких відбувається газообмін. Використання вокально-хорового співу зміцнює голосовий апарат, передбачає координацію голосу й слуху, допомагає тим, хто страждає на заїкання, є своєрідним видом дихальної гімнастики, адже співацьке дихання, як відомо, становить основу вокальної техніки.

Підкреслемо, що за допомогою дихальної гімнастики відбуваються оздоровчі процеси фізичного стану у майбутніх фахівців, а саме:

1. Поліпшує дренажну функцію легень;
2. Впливає на деякі морфологічні процеси в бронхолегеневій системі;
3. Сприяє розсмоктуванню запальних утворень, усунення місцевих застійних явищ;
4. Позитивно впливає на обмінні процеси, які відіграють важливу роль у кровопостачанні, в тому числі і легеневої тканини;
5. Налагоджує порушені функції серцево-судинної системи, зміцнює весь апарат кровопостачання;
6. Допомагає виправляти різні деформації грудної клітки і хребта;
7. Сприяє відновленню порушених у ході хвороби нервових регуляцій з боку центральної нервової системи;

8. Підвищує загальну опірність організму, його тонус, поліпшує нервово-психічний стан.

Загальновідомо, що статевая система – це система органів репродуктивного та сечовидільного порядку, анатомічно, функціонально і ембріологічних пов'язаних між собою. Завдяки тісному зв'язку із серцево-судинною робота статевої системи також впливає на стан кровообігу, зокрема, на величину кров'яного тиску. Таким чином, навчальний процес вокально-хорового співу сприяє звичайній роботі статевої системи майбутніх фахівців.

Доведено, що практичні заняття вокально-хоровим співом не тільки розвивають музичні здібності, але впливає на загальний стан усього організму, поліпшують настрій, підвищують активність. Використання вокально-хорового співу дає змогу поліпшити чіткість мовлення, а також комунікаційних можливостей. Отже, за допомогою вокально-хорової практики майбутній фахівець активізує пізнавальні процеси, моторику, розвиває емоційність, сприяє розвиненості характеристик мислення і підвищенню самооцінки, набуває комунікативні навички тощо.

Особливу роль у здоровому стані майбутніх фахівців відіграє репертуарна політика хорових творів. Вокально-хорові твори різностильового напрямку здійснюються диференційовано з гнучким пристосуванням до традиційності хорових шкіл, які сприяють розумовому, емоційному та процесу сприйняття – пізнавального психічного процесу, який полягає у відображенні людиною предметів і явищ, у сукупності всіх їх якостей при безпосередній дії на органи чуття [3]. Відомо, що навчальний процес з вокально-хорового мистецтва у ЗВО – досить специфічна галузь педагогіки. Особливістю її є розуміння та сприймання вокально-хорових творів учасниками хорового колективу музичного мистецтва.

Таким чином, з метою донесення до слухача змістової образності вокально-хорового твору треба передбачати певні умови нормального фізичного стану учасників, а саме:

- врахування психологічного стану учасників. Важливим є напрацювання потрібного психологічного стану, що створює емоційний оптимальний настрій для виконавської діяльності;
- врахування вікових особливостей учасників. За твердженням відомих психологів, необхідно враховувати анатомо-фізіологічні особливості виконавців, а також характерні основні психологічні процеси, які сприяють набуттю знань, вмінь та навичок;
- врахування здатності до концентрації уваги і

вольових зусиль та регуляції поведінки. Успішність виконання вокально-хорового співу як оздоровчого мистецтва передбачає розвиток вольових процесів та здатності акцентувати увагу до виконуваних музичних творах; володіння прийомами пізнавальної діяльності та сприятлива творча атмосфера; рівень музично-естетичної культури соціального середовища; розвиток музичних здібностей.

Таким чином, освітній процес вокально-хорового співу в оздоровчих цілях передбачає створення позитивного психологічного клімату, незалежно від їх соціально-культурно-економічного контексту. З метою формування у студентів вокально-хорових умінь і навичок, розвитку музичних здібностей, естетичних почуттів і смаку, слід інтегрувати систему психолого-педагогічних і методичних знань у реальні умови ЗВО.

Висновки та перспективи подальших наукових розвідок. Узагальнюючи вищесказане, можемо стверджувати, що вокально-хорове мистецтво сприяє процесу збереження і зміцнення здоров'я, спрямованого на перетворення інтелектуальної й емоційної сфер особистості студентів, підвищення ціннісного ставлення до нормального фізичного стану майбутніх фахівців. Використання вокально-хорового мистецтва у контексті теорії і практики музичної освіти сприяє збереженню й підтримуванню здоров'я майбутніх фахівців. Ефективний вплив вокально-хорового співу як оздоровчого мистецтва у контексті теорії і практики музичної освіти може бути успішним лише за умови доцільного використання комплексу відповідних форм, методів та прийомів.

Перспективою подальшого розгляду досліджуваної проблеми вбачаємо конкретизацію інноваційних форм, методів і прийомів вокально-хорового мистецтва в умовах дистанційної освіти.

ЛІТЕРАТУРА

1. Кирнарская Д. Основной вопрос педагогики:

наука или искусство URL: <http://nlib.sakha.ru:83/index.php/ru/component/content/article/4-2008-11-03-04-07-33/1017-1-r> (дата звернення 1.04.2021 р.).

2. Лі Менде. Коротка історія китайської музики. Сичуань: вид-во мистецтва, 2009. 318 с.

3. Українська психологічна термінологія: словник-довідник. За ред. Л. А. Чепи. Київ. 2010. 302 с.

4. Філософія Стародавнього світу. Читанка з історії філософії. За ред. Г.І. Волинки, Київ: Довіра, 1992. 179 с.

5. Чонг Х. Вплив яскравості на сприйняття слухачами фізіологічного стану та настрою музики під час прослуховування. Музика та медицина. 2013. Вип. 5. С. 39–43.

REFERENCES

1. Kirnarskaya, D. (2021). Osnovnoy vopros pedahohyky: nauka yly yskusstvo [The main issue of pedagogy: science or art]. Available at: <http://nlib.sakha.ru:83/index.php/ru/component/content/article/4-2008-11-03-04-07-33/1017-1-r> (Accessed 1 Apr. 2021) [in Russian].

2. Lee Mende (2009). Korotka istoriya kytayskoyi muzyky [A brief history of Chinese music]. Sichuan: Art Publishing House, 318 p. [in China].

3. Ukrayinska psykholohichna terminolohiya: slovnyk-dovidnyk (2010). [Ukrainian psychological terminology: dictionary-reference book]. (Ed.) L. A. Chepi. Kyiv, 302 p. [in Ukrainian].

4. Filosofiya Starodavnoho svitu. Chytanka z istoriyi filosofiyi (1992). [Philosophy of the Ancient World. Reading book on the history of philosophy]. (Ed.) G. I. Volynky. Kyiv, 179 p. [in Ukrainian].

5. Chong, H. (2013). Vplyv yaskravosti na spryuyattya slukhachamy fiziolohichnoho stanu ta nastroyu muzyky pid chas proslukhovuvannya [The Effect of Brightness on Listeners' Perception of Physiological State and Mood of the Music During Listening]. *Music and Medicine*. Vol. 5. Pp. 39–43. [in China].

Стаття надійшла до редакції 12.02.2020



“Розвинені почуття, висока емоційна культура – це, образно кажучи, абсолютний музичний слух моральної вихованості”.

*Василь Сухомлинський
український педагог, публіцист, письменник, поет*

“Слова, що дають знання – найцінніші”.

*Аристотель
давньогрецький філософ, вчений*

