



УДК 373.2.016

[https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-7\(13\)-695-710](https://doi.org/10.52058/2786-6165-2023-7(13)-695-710)

Підлипняк Ірина Юріївна кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри психології та педагогіки розвитку дитини, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини, вул. Садова, 28, м. Умань, 20300, тел.: (04744) 3-45-33, <https://orcid.org/0000-0002-8265-589X>

ВИКОРИСТАННЯ МУЗИКОТЕРАПІЇ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

Анотація. Стаття присвячена вивченню нових ефективних методів реабілітації та профілактики, нетрадиційних підходів, що підвищують резервні можливості організму дитини. Звернено увагу на аналіз досліджень з окресленої проблеми, зокрема з питань музикотерапії, яка є одним з методів впливу на поведінку особистості. Сьогодні зміст освіти ускладнюється, акцентується увага на розвитку творчих та інтелектуальних здібностей дітей, корекції емоційно-вольової та рухової сфер, на зміну традиційним приходять інтерактивні методи навчання й виховання, що передбачають активізацію пізнавального розвитку дитини. Потреби сучасного світу в галузі педагогіки побудовані не на формування у дитини знань, умінь і навичок, а, перш за все, на розвиток дитини. Сучасні діти перенасичені негативною інформацією, позбавлені теплої спілкування з дорослими та однолітками. Багато з них просто не можуть витримати нервово-психічних навантажень удома та в ЗДО. Нерідко дитяча нервова система не встигає адаптуватися до шаленого темпу і ритму нашого життя, що в результаті спричиняє неспокій, роздратованість, гіперактивність, погіршення продуктивної діяльності, виникнення психосоматичних хвороб. Сьогодні, як ніколи, особливої актуальності набувають заходи зі створення нових ефективних методів реабілітації та профілактики, нетрадиційних підходів, що підвищують резервні можливості організму дитини. Тобто, очевидною постає необхідність упровадження в освітньо-виховний процес ЗДО різних здоров'язберезувальних технологій, серед яких заслуговує на увагу нова галузь психолого-педагогічного напрямку під назвою «музикотерапія».

Ґрунтуючись на аналізі літературних джерел, наголошено, що музика посилює обмін речовин, посилює або зменшує м'язову енергію, змінює дихання, змінює кров'яний тиск, дає фізичну основу для емоцій.



Зазначено, що для того щоб музикотерапія позитивно вплинула на поведінку дошкільників, необхідно враховувати індивідуальні особливості дітей. Окреслено напрями музикотерапії у роботі з дітьми дошкільного віку з аутизмом: вокалотерапія (співи), музикотерапія в рухах (танці, музично-ритмічні ігри), музикування на музичних інструментах. Визначено вплив музики на настрій та поведінку дітей. Зазначено, що корисним є застосування у музичній терапії різних творів: дитячої музики, дитячих пісень, української народної музики та пісні, класичної музики.

Ключові слова: музика, музична терапія, діти дошкільного віку, заклад дошкільної освіти.

Pidlypniak Iryna Yuryivna Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Senior Lecturer at the Department of Psychology and Pedagogy of Child Development, Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University, Sadova St., 28, Uman, 20300, tel.: (04744) 3-45-33, <https://orcid.org/0000-0002-8265-589X>

THE USE OF MUSIC THERAPY IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF PRESCHOOL EDUCATION INSTITUTIONS

Abstract. The article is devoted to the study of new effective methods of rehabilitation and prevention, non-traditional approaches that increase the reserve capacity of the child's body. Attention is drawn to the analysis of research on this issue, in particular on music therapy, which is one of the methods of influencing the behaviour of the individual. Today, the content of education is becoming more complex, with an emphasis on the development of children's creative and intellectual abilities, correction of the emotional and volitional and motor spheres, and interactive methods of teaching and upbringing that involve the activation of the child's cognitive development. The needs of the modern world in the field of pedagogy are not based on the formation of knowledge, skills and abilities in a child, but, above all, on the development of a child. Today's children are oversaturated with negative information, deprived of warm communication with adults and peers. Many of them simply cannot withstand the nervous and mental stress at home and in the institution. Often, the child's nervous system does not have time to adapt to the frantic pace and rhythm of our lives, which results in anxiety, irritability, hyperactivity, deterioration of productive activity, and the emergence of psychosomatic diseases. Today, more than ever, measures to create new effective methods of rehabilitation and prevention, unconventional approaches



that increase the reserve capacity of the child's body are becoming particularly relevant. That is, there is an obvious need to introduce various health-saving technologies into the educational process of preschool education, among which a new branch of psychological and pedagogical direction called "music therapy" deserves attention.

Based on the analysis of literature sources, it is emphasised that music enhances metabolism, increases or decreases muscle energy, changes breathing, changes blood pressure, and provides a physical basis for emotions. It is noted that in order for music therapy to have a positive impact on the behaviour of preschoolers, it is necessary to take into account the individual characteristics of children. The directions of music therapy in work with preschool children with autism are outlined: vocal therapy (singing), music therapy in movements (dancing, musical and rhythmic games), music-making on musical instruments. The influence of music on the mood and behaviour of children is determined. It is noted that it is useful to use various works in music therapy: children's music, children's songs, Ukrainian folk music and songs, classical music.

Keywords: music, music therapy, preschool children, preschool education institution.

Постановка проблеми. Сучасний освітній процес, вимагає від закладів дошкільної освіти (далі ЗДО) нового підходу до своєї діяльності, новітніх форм, методів, технологій виховання, розвитку й навчання дітей дошкільного віку. Сьогодні зміст освіти ускладнюється, акцентується увага на розвитку творчих та інтелектуальних здібностей дітей, корекції емоційно-вольової та рухової сфер, на зміну традиційним приходять інтерактивні методи навчання й виховання, що передбачають активізацію пізнавального розвитку дитини. Потреби сучасного світу в галузі педагогіки побудовані не на формування у дитини знань, умінь і навичок, а, перш за все, на розвиток дитини. Сучасні діти перенасичені негативною інформацією, позбавлені теплого спілкування з дорослими та однолітками. Багато з них просто не можуть витримати нервово-психічних навантажень удома та в ЗДО. Нерідко дитяча нервова система не встигає адаптуватися до шаленого темпу і ритму нашого життя, що в результаті спричиняє неспокій, роздратованість, гіперактивність, погіршення продуктивної діяльності, виникнення психосоматичних хвороб. Сьогодні, як ніколи, особливої актуальності набувають заходи зі створення нових ефективних методів реабілітації та профілактики, нетрадиційних підходів, що підвищують резервні можливості організму дитини. Тобто, очевидною постає необхідність упровадження в освітньо-

виховний процес ЗДО різних здоров'язбережувальних технологій, серед яких заслуговує на увагу нова галузь психолого-педагогічного напрямку під назвою «музикотерапія». У перекладі з грецької термін «музикотерапія» означає «зцілення музикою». У контексті дошкільної освіти ми розглядаємо це поняття не в буквальному клінічному значенні, а як ефективний засіб моделювання й корекції внутрішнього стану дитини, розкриття її природного потенціалу. Окрім того, в педагогічному аспекті, музикотерапія може бути дієвою допомогою в оптимізації навчально-виховної роботи, спрямованої на формування та розвиток особливої новітньої психокультури, яка в майбутньому, на думку вчених, дасть людству шанс на виживання й розквіт. Все це спрямовує вихователів ЗДО на необхідність орієнтації в розмаїтті освітніх інновацій, методик їх правильного, доцільного та творчого використання. Адже у щоденній життєдіяльності дитини, коли вона проявляє всю ініціативу, самостійність, активність, використовує набутий досвід та взаємодіє з іншими людьми, відбувається становлення її, як особистості. Останні десятиріччя музикотерапію в роботі з дошкільниками все більше використовують у своїй діяльності вихователі ЗДО. Однак використання елементів музикотерапії частіше за все ситуативно і безсистемно. Тому виникає необхідність у систематизації музикотерапевтичних технік і упорядкуванні методичних рекомендацій щодо використання музикотерапії в умовах освітнього процесу закладів дошкільної освіти.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Питання розробки і практичного застосування сучасних педагогічних технологій та моделей здоров'язбереження у навчально-виховному процесі висвітлено в працях І. Борисова, І. Хрипко, О. Ващенко та інших [9]. Дослідження В. Медушевського, Р. Тарасова присвячені проблемам музичної психології. Найбільш досліджена сфера музичної психології – це психологія музичного сприйняття: Б. Яворський, Л. Мазель. Цю проблему в педагогічному аспекті розглядають Н. Ветлугіна, Ю. Алієв [5].

Мета статті – вивчення впливу музичних творів, музикотерапії на поведінку дітей дошкільного віку та використання музикотерапії в умовах освітнього процесу закладів дошкільної освіти.

Виклад основного матеріалу. Сьогодні, як ніколи, особливої актуальності набувають заходи зі створення нових ефективних методів реабілітації та профілактики, нетрадиційних підходів, що підвищують резервні можливості організму дитини. Тобто, очевидною постає необхідність упровадження в освітньо-виховний процес різних здоров'язбережувальних технологій, серед яких заслуговує на увагу нова



галузь психологопедагогічного напрямку під назвою «музикотерапія». Музикотерапія, як і багато інших терапевтичних методів, сягає своїм корінням далеко вглиб історії.

Музична терапія напрям арт-терапії давній, як світ. Утім лише у ХХ столітті цей напрям почали активно застосовувати і в медичній, і в психотерапевтичній, і в педагогічній практиках. Музична терапія – це використання підібраної музики для лікування, реабілітації, виховання й навчання дітей та дорослих. Практика застосування музичної терапії сягає своїм корінням у сиву давнину: цілющу дію музики помітили ще у Стародавніх Китаї, Єгипті та Греції. У ХІ столітті видатний перський учений, лікар та музикант Авіценна один із розділів своєї енциклопедії «Канон лікарської науки» присвятив лікуванню звуком. Значно пізніше, у 1621 році, англійський мислитель Роберт Бертон у творі «Анатомія меланхолії» виклав думку, що музика здатна цілюще впливати на людський організм, а саме – лікувати деякі нервові розлади. У ХІХ столітті музичну терапію почали застосовувати на практиці європейські психологи, і лише у середині ХХ-го нею зацікавилися науковці. О. Федій наголошує, що музикотерапія являє собою ключовий вид психолого-педагогічного, естетотерапевтичного впливу на особистість [9]. На думку К. Швабе музикотерапія має однакові права з іншими психотерапевтичними методами в рамках усього комплексу методів комунікативної психотерапії. Згідно з цією думкою музика є комунікативною системою. У ній важливу роль відіграє комунікативне напруження і розслаблення. Музику можна вважати невербальною формою комунікації, яка у певних почуттях і людських взаєминах є більш результативною, ніж мовне спілкування [7]. Е. Гастон стверджує, що музична терапія сприяє встановленню й підтримці міжособистісних відносин та підвищенню самооцінки в результаті самоактуалізації [7]. Нині вже понад 70 вишів світу випускають фахівців музикотерапевтів. Окрім того, створено багато професійних організацій – музично-терапевтичних асоціацій і товариств. Так, поступово накопичуються наукові дані, що підтверджують знання найдавніших мудреців про те, що музика – це могутніше джерело енергії, що має вплив на людину. З метою терапевтичної корекції зазвичай застосовують твори кластичної та народної музики. Саме ці музичні твори дають змогу найліпшим чином стимулювати якомога більше асоціативних зв'язків у суб'єктивних переживаннях людини слухача. Зокрема, вони: упорядковують думки, встановлюють рівновагу у діяльності нервової системи. Правильно та зі смаком підібрана музика позитивно впливає на емоційний розвиток та

естетичне виховання будь-якої дитини. Тож музична терапія корисна і для гіперактивних і для пасивних дітей. Утім, кожній дитині передбачена своя музика. Сьогодні педагоги все частіше на музичних заняттях у ЗДО застосовують елементи музикотерапії, зокрема такі, як релаксаційні вправи та різні види художньої діяльності, що відбуваються під музичний супровід [5]. Утім музико-терапевтичний процес потребує комплексного, планомірного, цілеспрямованого підходу, за якого вплив музики не обмежується використанням окремих вправ чи певних музичних творів. Музикотерапія для дітей у сучасному ЗДО – це передусім процес міжособистісного спілкування, під час якого музика на всіх рівнях її впливу (фізичному, емоційному, інтелектуальному, духовному тощо) постає засобом психічної корекції стану дітей у необхідному напрямі, розвитку та розкриття їхнього природного творчого потенціалу. А це, своєю чергою, потребує, щоб вихователь і музичний керівник не лише майстерно вмів дібрати музику й арт-терапевтичні техніки для проведення заняття, а й був схильним до емпатії, зокрема умів відчувати психологічний стан кожної дитини.

Однією з основних цілей сучасного суспільства є формування особистості, що має розвинену духовність, основи якої закладаються ще в дошкільному віці. Важливу роль у духовному становленні особистості відіграє музика. «Пізнання світу почуттів неможливе без розуміння й переживання музики, без глибокої духовної потреби слухати музику і діставати насолоду від неї», – писав В. Сухомлинський [9]. Він же наголошував: «Без музики важко переконати людину, яка вступає в світ, у тому, що людина прекрасна, а це переконання, по суті, є основою емоційної, естетичної, моральної культури» [9]. Музика – могутній засіб всебічного розвитку дитини, формування її духовного світу. Вона розширює її кругозір, знайомить з різноманітними явищами, збагачує почуттями, викликає радісні переживання, сприяє вихованню правильного ставлення до навколишнього світу. Залучення до музики активізує сприймання, мислення та мову, сприяє формуванню пізнавальних та емоційно – мотиваційних функцій, розвиває творче мислення, здібності, а також позитивні якості характеру: систематичність, працьовитість, наполегливість у досягненні мети, виховує високий естетичний смак, розвиває музичні здібності, уяву, творчу ініціативу. Вплив музики на формування особистості дитини забезпечується завдяки тісному взаємозв'язку естетичного виховання з моральним, розумовим та фізичним [7]. Фізичний розвиток Музика позитивно впливає на дитину і до народження, і в наступний період. Щоб



відчути позитивний вплив музики на дитину, лікарі радять вагітним жінкам слухати частіше ліричну музику (особливо класичну). Так, прослуховування Моцарта сприяє розвитку розумової діяльності дітей. Вчені називають це явище «ефектом Моцарта». Ізраїльські вчені стверджують, що «ефект Моцарта» нормалізує обмін речовин недоношених дітей, який допомагає швидко досягти необхідної ваги. Після народження в дітей, першими з багатьох інших людських здібностей виявляються музичні здібності, а саме: емоційна чуйність і музичний слух. Проявляється це з перших місяців життя дитини, коли дитина здатна емоційно відгукуватися на веселу або спокійну музику. Вона зосереджується, затихає, якщо чує звуки колискової, стає активнішим на веселу, бадьору музику. Вчені, які займаються науковими дослідженнями про вплив музики на фізичний розвиток дітей дошкільного віку, вважають, що систематичні заняття музикою дозволяють значно підняти IQ, тобто інтелектуальний потенціал людини, краще розвинути пам'ять, аналітичні здібності, орієнтацію, не кажучи вже про позитивну корекцію нервової системи. Виходячи із науково-медичних досліджень, виділилась окрема галузь терапії, музична терапія (музикотерапія). Експериментальні дослідження свідчать, що сьогодні музичне мистецтво у корекційному плані має позитивне значення [4]. Музика, спів можуть вгамувати біль, прискорити чи уповільнити пульс, нормалізувати артеріальний тиск, зміцнити імунну систему, відволікати, схилити до сну, нормалізувати дихання та кровообіг, знімати втому та повертати бадьорість. Ритмічна й енергійна музика в стилі маршу тонізує багато м'язів, що вкрай корисно для фізичного розвитку дітей. Тому доречно робити зарядку під бравурну музику. Для деяких дітей музика є засобом фокусування. Вона робить дітей цілеспрямованими, допомагає зосередити мислення на певній темі (малювання під музику), одночасно знімає стрес і втому. Якщо дитина засинає і прокидається з музикою, вона буде набагато щасливішою і здоровішою. З допомогою музики здійснюється корекція емоційних відхилень, страхів, неконтрольованої поведінки, комунікативних ускладнень, вона сприяє загальній розкомплексованості дитини, подоланню невпевненості у собі [7]. Однак, замість того, щоб слухати музику, набагато корисніше співати самому. Австралійські лікарі навіть практикують в лікувальних цілях сеанси співу (Вокалотерапія). Досить наспівувати найпростішу мелодію, щоб ви відчули себе краще. Тому заняття співом чи музикою дуже корисні для фізичного розвитку дітей. Музично-ритмічні рухи, які використовуються на музичних заняттях вдосконалюються фізичний

вигляд дитини, спонукають до правильної постави, координації рухів, їх гнучкості й пластичності. Під дією ритму активізується дихання, збільшується вентиляція легень. Вправи, ігри, танці, музично-ігрові драматизації спонукають дітей передавати образи, картини життя, характеризувати персонажі за допомогою образних і танцювальних рухів, жестів, міміки, тобто вчать керувати своїми діями, розвивають рухову моторику, координацію і точність рухів. Вплив музики на моральний розвиток дитини Музика безпосередньо впливає на почуття дитини, формує її моральний образ. Її вплив буває часом сильнішим, ніж вмовляння або вказівки. Знайомлячи дітей з творами різного емоційного, освітнього змісту, ми спонукаємо їх до співпереживання. Пісні про рідний край, народна музика виховують патріотичні почуття. Хороводи, пісні, танці різних народів викликають інтерес до їх звичаїв, виховують інтернаціональні почуття. Різноманітні почуття, що виникають при сприйнятті музики, збагачують переживання дітей, їхній духовний світ. Рішенню виховних завдань сприяють і колективний спів, танці, ігри, коли діти охоплені загальними переживаннями.

Це вимагає від учасників єдиних зусиль. Загальні переживання створюють основу для індивідуального розвитку, активізують боязких, нерішучих дітей. Заняття музикою впливають на загальну культуру поведінки дошкільника. Чергування різних занять, видів діяльності (співу, слухання музики, гри на дитячих музичних інструментах, рухів під музику, тощо) вимагає від дітей уваги, кмітливості, швидкості реакції, організованості, вольових зусиль. Так, виконуючи пісню, потрібно вчасно почати і закінчити її; в танцях, іграх – уміти діяти, підкоряючись музиці, утримуючись від імпульсивного бажання швидше побігти, когось перегнати. Все це удосконалює гальмівні процеси, впливає на волю дитини. Отже, музична діяльність це створює необхідні умови для формування моральних чеснот дитини, закладає початкові основи загальної культури майбутнього людини [7]. Вплив музики на розумовий розвиток дитини Сприйняття музики тісно пов'язане з розумовими процесами і вимагає уваги, спостережливості, кмітливості. Під час слухання музики діти прислухаються до звучання, порівнюють схожі і різні звуки, знайомляться з їх виразним значенням, відрізняють характерні особливості художніх образів, вчать розбиратися в структурі твору, помічати хороше і погане. Відповідаючи на запитання педагога, після того як прослухали твір, дитина робить перші узагальнення і порівняння: визначає загальний характер п'єси, вчиться аналізувати, мислити, фантазувати, творити. Вплив музики на



мовленнєвий розвиток дитини Музика також сприяє розвитку мовлення у дошкільнят. У процесі співу розвивається не тільки музичний слух і співочий голос, а й голосовий руховий апарат, активізується дихання, збільшується вентиляція легень. Спів поліпшує мову дітей. Співаючи, діти змушені протяжно вимовляти слова, що формує чітку вимову, сприяє правильному засвоєнню слів. Крім того, слова в пісні підпорядковані певному ритму, що також допомагає вимові важких звуків і складів. Діти набагато легше запам'ятовують і відтворюють мелодії пісень, а не окремі слова і тексти. Так як співати дітям легше, ніж говорити, музика вважається ефективним засобом лікування заїкання у дітей. Також спів допомагає швидше вивчати іноземні мови. Адже відомо, що навіть маленькі діти легко запам'ятовують пісні на іншій мові, навіть не знаючи сенсу слів. Але це їх перший крок на шляху вивчення цієї мови [8]. Вплив музики на художньо-естетичний розвиток дитини Доведено, що музика впливає на дитину більше, ніж інші види мистецтва. Вона допомагає зрозуміти навколишню дійсність, красу природи, довершеність поезії, живопису, театру, історії свого народу. Музика – це вид мистецтва який сприяє зародженню і розвитку естетичних смаків, почуттів. Завдяки музиці дитина пізнає закони людяності, відбувається становлення моральних позицій. Тому потрібно підбирати музичний матеріал так, щоб знайомити дошкільнят із кращими високохудожніми, доступними зразками музичного мистецтва, які дають дитині поштовх для внутрішнього переживання, активізують потребу в самостійному та неординарному мисленні, збагачують внутрішній світ, розвивають творчу уяву, тобто дають роботу розуму і душі. Підсумком цього є те, що в дитини створюється особливий духовний світ, у неї виявляється прагнення до духовної краси, до служіння загальній користі та добру [7]. Підсумовуючи вищесказане можна зробити висновок, що музичне виховання є могутнім засобом, який сприяє всебічному і гармонійному розвитку особистості.

В єдиній національній системі безперервної освіти пріоритетного значення набуває процес повноцінного розвитку та становлення життєво компетентної творчої особистості, максимального розкриття її природного потенціалу та задатків. Починається цей процес із першої ланки – освіти для найменших – дошкільної освіти. Дошкільний період є особливо важливим і визначальним у процесі особистісного зростання, бо створює підґрунтя для динамічних змін у подальшому онтогенезі людини. У Законі України «Про дошкільну освіту» зазначено: «Дошкільний вік – базовий етап фізичного, психологічного та

соціального становлення особистості дитини» [6]. Саме цей період науковці порівнюють із закладенням фундаменту в зведенні будівлі, від якості та надійності якого залежатиме вся краса і велич майбутньої споруди. «В умовах глобалізаційних змін на часі модернізація змісту дошкільної освіти, гуманізація її цілей та принципів, переорієнтація на розвиток особистості дитини як основний ресурс, що визначає поступальний рух суспільства» – наголошено у Базовому компоненті дошкільної освіти України [2]. Але необхідно зазначити, що численні неконтрольовані чинники інформаційно-звукового, соціально-культурного, політично-економічного напрямів сучасності заважають втіленню у життя стратегічної ідеї національної освіти – виховання вільної, гармонійної, самодостатньої і, головне, здорової людини. Неусвідомлено надмірне перебування дитини у потоці інформаційного негативу, що лине з екранів телевізорів та у розмовах дорослих, здійснює, на жаль, свій шкідливий руйнівний вплив. Дисгармонія та внутрішнє напруження, які є причиною багатьох хвороб, все частіше стають характерними переживаннями сучасних дітей і становлять суттєву перешкоду їх повноцінному розвитку. «Увага педагога має спрямовуватися на головні лінії розвитку фізичного та морально-духовного здоров'я, особистісних цінностей як своєрідного внутрішнього стрижня, ціннісної етичної орієнтації з формування навичок практичного життя, емоційної сприйнятливості та сприяння розвитку індивідуальності дитини» Базовий компонент дошкільної освіти України [2]. Тож в умовах соціально-політичних негараздів сучасного українського суспільства постає необхідність пошуку додаткових видів освітньої діяльності оздоровчопрофілактичного спрямування, що допоможуть захистити дитину від шкідливого впливу сьогодення, пробудять захисні механізми, закладуть основу формування її внутрішнього стрижня – психокультури. Одним із дієвих помічників у становленні та розвитку психокультури особистості є музика. Адже саме вона є найкращим вихователем, бо здатна цілеспрямовано та гармонійно формувати психіку людини з раннього віку. А здорова психіка є запорукою здоров'я – стану повного фізичного, духовного та соціального благополуччя [6]. Останнім часом музикотерапія все ширше застосовується в умовах освітнього процесу ЗДО. Використання методів музикотерапії активно займає свою нішу у професійній діяльності вихователів дітей дошкільного віку. З кожним роком збільшується кількість державних і приватних установ, які запозичують позитивний зарубіжний досвід «лікування мистецтвом» та вводять до переліку методів роботи вихователів ЗДО – музикотерапію [10]. Вихователь



сучасного ЗДО, який працює з дітьми дошкільного віку, має володіти методами та прийомами арттерапії. Оскільки у системі дошкільної освіти чимало уваги приділяється музично-естетичному вихованню. У Базовому компоненті дошкільної освіти України серед основних освітніх ліній визначена лінія «Дитина у світі культури». Її зміст спрямовано на формування у дітей емоційноціннісного ставлення до мистецтва та світу зокрема. Розділ «Музика» є обов'язковим у всіх чинних навчальних програмах, оскільки музична діяльність емоційно забарвлює, збагачує дитячі знання та життєвий досвід, впливає на формування загальної культури, сприяє розвитку естетичних почуттів, відкриває простір для творчої самореалізації дитини» [2]. Навчальні та розвиваючі програми ЗДО приділяють особливу увагу впровадженню в освітньо-виховний процес таких технологій, які дають змогу проводити навчання та виховання дітей в цікавих різноманітних формах, забезпечують фізичне, соціально-емоційне, духовне, інтелектуальне благополуччя малюків дошкільного віку. В умовах ЗДО педагоги можуть впроваджувати різноманітні оздоровчі та профілактичні технології інноваційного характеру. Важливо при цьому враховувати індивідуальні особливості вихованців. Практика показала ефективність технологій терапевтичного спрямування, а саме: музичної, пісочної, та ігрової терапії, казкотерапії, сміхотерапії, кольоротерапії тощо. Терапія означає «лікування», але в умовах ЗДО впровадження таких технологій передбачає профілактику різних захворювань, корекцію порушень розвитку та мовлення, поліпшення психоемоційного стану дошкільнят [10]. Музика як чуттєве мистецтво має неймовірний потенціал щодо гармонізації емоційно-почуттєвої сфери, здатна заряджати позитивом та щасливими переживаннями. Тому на заняттях музика має: дарувати дітям справжню радість та задоволення; викликати жвавий інтерес; інтегруватися в усі сфери пізнавальної та творчої діяльності дітей; бути важливою складовою інтерактивного навчання.

Музикотерапія нині є одним із перспективних напрямів оздоровчої роботи з дітьми дошкільного віку. Її використання на музичних заняттях дає змогу: зміцнити психофізичне здоров'я дітей; корегувати поведінку дітей, зокрема, гіперактивних та неконтактних; активізувати у дітей емоційну чуйність; розвивати у дітей комунікативні, соціальні вчинки тощо. Перспективність використання музикотерапії у роботі з дошкільниками полягає ще й у тому, що кожен вид діяльності, який використовують на музичному занятті, містить у собі терапевтичний компонент. Сучасні науковці виокремлюють два види музикотерапії: пасивну і активну [1]. Основою пасивної музикотерапії є слухання та



сприймання музики з подальшим обговоренням того, які відчуття вона викликала. Проте музика при цьому матиме вибіркочу дію – все залежатиме від характеру твору та інструмента, який його виконує. Так, наприклад, звучання кларнета активізуватиме кровообіг, звучання акустичних струнних інструментів та фортепіано врівноважатиме нервову систему, звучання флейти зніматиме стрес, сприяє релаксації тощо (додаток Б). Пасивна музикотерапія (рецептивна) припускає сприйняття музики з корекційною метою. Розрізняють три форми рецептивної психокорекції:

1) комунікативну – спільне прослуховування музики, спрямоване на підтримку взаємних контактів, взаєморозуміння і довіри;

2) реактивну – спрямовану на досягнення катарсису;

3) регулятивну – сприяє зниженню нервово-психічної напруги.

Пасивну групову музикотерапію краще проводити у формі регулярного прослуховування музичних творів. Так, при позитивних і негативних емоційних станах дітей, які мають яскраво виражений характер збудження, а також для гіперактивних дошкільників з метою урівноваження й стабілізації їх психічних станів можна використовувати такі музичні твори вітчизняних і зарубіжних композиторів, створені для дітей [10]. Активна музикотерапія передбачає безпосередню участь в різних видах музичної діяльності, зокрема: співах, музичних рухах, інструментальному музикуванні. Тому все, чим займається педагог з дітьми на музичному занятті, є своєрідною музикотерапією. Якщо педагог з дітьми співає на музичному занятті, то, мовою психології та медицини, він використовує один із видів активної музикотерапії – вокалотерапію. Якщо педагог рухається з дітьми під музику, то включає в заняття елементи кінезотерапії, а якщо грає на музичних інструментах – інструментальною музикотерапією. Кінезотерапія – це одна з форм профілактичної і лікувальної гімнастики. На музичних заняттях кінезотерапію можна розглядати, як своєрідний вид дитячого виконавства, який:

- сприяє розвитку координації та орієнтації у просторі;

- пожвавлює моторику;

- поліпшує поведінкові реакції;

- знімає скутість рухів у інертних і пасивних дітей;

- розвиває почуття ритму; - вивільняє накопичену агресію, трансформуючи її у фізичні дії.

Окрім того, музикотерапевтична спрямованість дає змогу використовувати на музичному занятті елементи логоритміки, різноманітних мовленнєвих, пальчикових ігор. Проте головне – створити



у дітей активний, позитивний настрій, який об'єднає їх та налаштує на радісну співпрацю. Саме це забезпечить найліпший терапевтичний ефект від музичного заняття. Однією з головних вимог результативності музикотерапевтичних занять є дотримання гедоністичного підходу. Гедонізм – етичне вчення, що розглядає радість і задоволення як вище благо, передумову щастя в житті [6]. Гедонізм глибоко пов'язаний з емоційною сферою і дає змогу уподібнити музичні заняття своєрідному навчальному музичному тренінгу та творчій діяльності. Окрім того, гедоністичний підхід до занять надає їм особливої привабливості. За умови гедоністичного підходу в дитячому організмі насамперед виділяється ендорфін – гормон щастя. Помилковим є твердження, що недостатність цих гормонів призводить до погіршення настрою дитини. Насправді все відбувається навпаки. Саме настрої дитини визначає кількість гормонів в її організмі. Адже головному мозку потрібна наявність позитивних емоцій, які виконують своєрідну роль переносників інформації від однієї клітини до іншої. Навіть мімічні м'язи, задіяні під час усмішки або сміху, здатні активізувати ті зони головного мозку, що відповідають за «центр задоволення» у людини. Тож, що більше дитина усміхається та відчуває радість і задоволення, то вона здоровіша: і психічно, і фізично [10]. Окрім того, на рівень ендорфінів впливає активна рухова діяльність, яку слід активно використовувати під час танцювальної терапії. Гедоністичний підхід тісно пов'язаний із сугестивним та катарсичним методами. Сугестивний метод – це навіювання позитивних стверджень та суджень стосовно себе та інших. У музикотерапії сегустію здійснюють за допомогою спокійних (релаксаційних) музичних композицій, які вводять у стан спокою та внутрішньої рівноваги, та які супроводжують словесним промовлянням або вокальним проспівуванням. До сугестивних музикотерапевтичних методів належать:

- медитація – пасивна та активна;
- афірмація – музична та словесна;
- музична релаксація.

Використання сугестивних методів та прийомів під час музичних занять із дошкільниками сприяє оптимізації емоційно-психологічного стану дітей завдяки навіюванню позитивних думок, почуттів, цінностей, створенню налаштованості на успіх, впевненості у власних силах тощо. На відміну від сугестивного методу, що є наповненням позитивом і оптимізмом, катарсичний метод допомагає позбавитися від негативних та надлишкових емоцій. Катарсис (грецькою кабаратц – окрилення, очищення, оздоровлення) – вивільнення психічної енергії, емоційна



розрядка, що сприяє зменшенню або зняттю тривоги, неспокою, дискомфорту в процесі музично-творчої діяльності [6]. Надзвичайно ефективно виходу агресії та злості сприяє гра на барабанах та інших ударних інструментах. Під час проживання стресових ситуацій у дитини утворюється своєрідний м'язовий панцир, від якого можна позбавитися завдяки емоційному відбиванню ритму або інтенсивним рухам під ритмічну музику.

Висновки. Отже, вважаємо, що якщо педагоги з дітьми на музичних заняттях зачаровано й уважно слухатимуть музику, із завзяттям виконуватимуть музичні рухи та залюбки гратимуть на музичних інструментах, то в результаті всі вони не лише отримають емоційну й естетичну насолоду, а й відчують на собі здоров'язбережувальний ефект музики.

Основні завдання застосування музикотерапії в педагогіці полягають у: збереженні здоров'я та збільшенні продуктивності навчальної діяльності дітей, активізації їх зацікавленості та інтересу до музичних занять, посиленні активності дитини, її емоційності, вирішенні проблем міжособистісного спілкування.

Вирішення цієї проблеми потребує пошуку та розробки інноваційної теоретико-методичної системи музичного навчання, яка б здійснювала оптимізацію процесу навчання музики дитячої особистості на основі оздоровлення й гармонізації її емоційних станів. Саме використання музикотерапії в якості оздоровчо-розвивального підходу, сприяючи розкриттю ресурсних й адаптивних можливостей дитячого організму, створює умови для підвищення ефективності музично-навчальної діяльності дошкільників.

Література:

1. Белікова О.А. Підготовка вихователів до розвитку особистості дошкільника засобами музичного мистецтва. Педагогіка вищої та середньої школи. Кривий Ріг, 2013. Вип. 37. С. 255–261.
2. Газіна І.О. Музична компетентність вихователя та її роль в умовах діяльності дошкільного навчального закладу. Педагогічна освіта: теорія і практика. 2011. Вип. 7. С. 299–302.
3. Желан А.В. Етапи розвитку музичної компетентності майбутніх вихователів ДНЗ. Збірник наукових праць Херсонського державного університету. Педагогічні науки. 2016. Вип. 73 (2). С. 75–79.
4. Каспрук І.М. Музична компетентність як обов'язковий елемент фаховості майбутнього педагога-вихователя. Психолого-педагогічна підготовка майбутніх фахівців у контексті сучасних реформ: тези доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції. Львів: Растр-7, 2018. С.46–48.



5. Нечай С. Про підготовку майбутніх педагогів до музичного виховання дошкільників в умовах сучасної вищої освіти. Вісник Інституту розвитку дитини: зб. наук. праць. 2011. С. 80–87.

6. Підлипняк І. Ю. Підготовка майбутніх вихователів до музичного виховання дітей дошкільного віку в умовах сучасної вищої освіти. Академічні студії. Серія «Педагогіка». 2021. т. 1. №. 4. с. 152-157. <https://doi.org/10.52726/as.pedagogy/2021.4.1.22>

7. Підлипняк І.Ю. Музична терапія як засіб розвивально-корекційного впливу на дітей. Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди» – Дод. 1 до Вип. 37, Том III (71). К.: Гнозис, 2016. С. 191–197.

8. Половіна О. Дитина у світі мистецтва. Дошкільне виховання. 2021. No 2. С. 3 – 8.

9. Романюк І. Музичне виховання. Організація роботи у дошкільному навчальному закладі: навчально-методичний посібник. Тернопіль: Мандрівець, 2014. 280 с.

10. Burnard P. How children ascribe meaning to improvisation and composition: Rethinking pedagogy in music education. Music Education Research, no. 2, 2000. p. 7–23. <https://doi.org/10.1080/14613800050004404>

References:

1. Bielikova O.A. (2013) Pidhotovka vykhovateliv do rozvytku osobystosti doshkilnyka zasobamy muzychnoho mystetstva [Preparing educators for the development of the preschooler's personality by means of musical art]. *Pedahohika vyshchoi ta serednoi shkoly*, vol. 37, pp. 255–261.

2. Hazina I.O. (2011) Muzychna kompetentnist vykhovatelja ta yji rol v umovakh diialnosti doshkilnoho navchalnoho zakladu [Musical competence of an educator and its role in the conditions of preschool educational institution activity]. *Pedahohichna osvita: teoriia i praktyka* [Pedagogical education: theory and practice], vol. 7, pp. 299–302.

3. Zhelan A.V. (2016) Etapy rozvytku muzychnoi kompetentnosti maibutnikh vykhovateliv DNZ [Stages of development of musical competence of future educators of secondary schools]. *Zbirnyk naukovykh prats Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Pedahohichni nauky*. vol. 73 (2), pp. 75–79.

4. Kaspruk I.M. (2018) Muzychna kompetentnist yak obov'iazkovyi element fakhovosti maibutnoho pedahoha-vykhovatelja [Musical competence as an obligatory element of professionalism of the future teacher-educator]. *Proceedings of the Psykholohopedahohichna pidhotovka maibutnikh fakhivtsiv u konteksti suchasnykh reform* (Ukrainian, Lviv, 2018), Lviv: Rastr-7, pp. 46–48.

5. Nechai S. (2011) Pro pidhotovku maibutnikh pedahohiv do muzychnoho vykhovannja doshkilnykiv v umovakh suchasnoi vyshchoi osvity [About preparation of future teachers for musical education of preschool children in the conditions of modern higher education]. *Visnyk Instytutu rozvytku dytyny*, pp. 80–87.

6. Pidlypniak I.Yu. (2021) Pidhotovka maibutnikh vykhovateliv do muzychnoho vykhovannja ditei doshkilnoho viku v umovakh suchasnoi vyshchoi osvity [Preparing Future Educators for Music Education of Preschool Children in the Context of Modern Higher Education]. *Academic studies. Series "Pedagogy"*, 1(4). pp. 152-157 [in Ukrainian].

7. Pidlypniak I.Yu. (2016) Muzychna terapiia yak zasib rozvyvalno-korektsinoho plyvu na ditei [Music therapy as a means of developmental and corrective flow for children]. *Humanitarnyi visnyk «Pereiaslav-Khmelnytsyi derzhavnyi pedahohichnyi universytet imeni Hryhoriia Skovorody»*, vol. 37, pp. 191–197.



8. Polovina O. (2021) Dytna u sviti mystetstva [A child in the world of art]. *Doshkilne vykhovannia [Preschool education]*, no. 2, pp. 3 – 8 [in Ukrainian].

9. Romaniuk I. (2014) Muzychne vykhovannia. Orhanizatsiia roboty u doshkilnomu navchalnomu zakladi [Music education. Organization of work in a preschool educational institution]. Ternopil: Mandrivets [in Ukrainian].

10. Burnard P. (2000). How children ascribe meaning to improvisation and composition: Rethinking pedagogy in music education. *Music Education Research*, no.2, pp. 7–23. <https://doi.org/10.1080/14613800050004404>