

МУЗЫКАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ КАК СРЕДСТВО УКРЕПЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ СРЕДНЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

MUSIC ACTIVITY AS MEANS OF THE PSYCHOLOGICAL HEALTH STRENGTHENING OF CHILDREN OF MIDDLE PRESCHOOL AGE

О. В. Бондаренко, O. V. Bondarenko

Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка, Минск,
Республика Беларусь

Науч. рук. – Е. П. Чеснокова

Аннотация. Представлены результаты исследования психологического здоровья детей 4-5 лет. Осуществлен анализ возможностей использования музыкальной деятельности как средства укрепления психологического здоровья детей дошкольного возраста.

Annotation. The results of a study of the psychological health of children of 4-5 years are presented. The analysis of the possibilities of using music activities as means of strengthening the psychological health of preschool children is carried out.

Ключевые слова: психологическое здоровье; музыкальная деятельность; дети дошкольного возраста; укрепление психологического здоровья.

Key words: psychological health; music activities; preschool children; psychological health strengthening.

Музыка обладает широким диапазоном возможностей воспитательного воздействия на детскую личность. Она является целителем здоровья (В. М. Бехтерев), способным оказывать терапевтический эффект, а именно регулирование процессов возбуждения и торможения, а также активизировать умственную деятельность, речь, память (Н. Н. Брагина, Т. А. Доброхотова, Л. П. Новицкая и др.). Дошкольный возраст – наиболее благоприятный период для реализации творческих проявлений в музыкальной деятельности. Ученые отмечают особую близость детей к «художественному» типу (А. В. Запорожец, В. Т. Кудрявцев, Н. С. Лейтес, Е. А. Панько и др.), для которого характерны «реактивность» на непосредственные впечатления, доставляемые органами чувств, чуткость к образно-эмоциональным моментам, яркость восприятия, наглядная, образная память, богатство воображения, особое «эстетическое отношение к жизни» [2]. В. Т. Кудрявцев рассматривает эстетическое воспитание, выполняющее функцию развития творческого воображения, в качестве магистральной линии образовательного процесса в детском саду [1].

Основной задачей взрослых в условиях семьи и учреждения образования является сохранение и укрепление здоровья детей, в том числе психологического. Как свидетельствуют результаты психологических и медицинских исследований, современные дети нуждаются в укреплении их здоровья (В. А. Ананьев, И. В. Дубровина, М. Г. Иванова, Г. С. Никифоров, О. В. Хухлаева, А. В. Шувалов и др.). Однако на сегодняшний день проблема становления психологического здоровья и его укрепления остается мало изученной относительно периода дошкольного детства. Психологическое здоровье рассматривается исследователями как состояние субъективного благополучия личности (Я. Л. Коломинский и др.); как динамическая совокупность психических свойств человека, обеспечивающих гармонию между потребностями индивида и общества (А. В. Козлов, В. Э. Пахальян, О. В. Хухлаева и др.); как состояние, характеризующее процесс и результат нормального развития субъективной реальности (В. И. Слободчиков, А. В. Шувалов и др.) и др.

С целью изучения возможностей укрепления психологического здоровья детей среднего дошкольного возраста средствами музыкальной деятельности в 2022-2023 гг., было проведено экспериментальное исследование на базе УО «Детский сад № 41 управления социального развития и ЖКХ ОАО «Беларуськалий» с участием 20 воспитанников 4-5 лет. Были использованы следующие методы: тестирование (проективная рисуночная методика «Дом-дерево-человек», цветовой тест М. Люшера), стандартизированное наблюдение (авторская программа), формирующий эксперимент.

На констатирующем этапе исследования в результате наблюдения были обнаружены воспитанники, характеризующиеся высокой (42%), средней (46%) и низкой (12%) степенью выраженности нарушений психологического здоровья. Наиболее выраженными показателями нарушений психологического здоровья испытуемых являются неуверенность в себе, стремление избегать на занятиях и в нерегламентированной деятельности решения сложных задач, требующих проявления творчества (12%), тревожность (10%). В результате проведения тестирования с помощью методики «Дом, дерево, человек» было установлено преобладание испытуемых с высоким уровнем психологического здоровья (65%), однако выявлены также воспитанники, характеризующиеся средней (25%) и высокой (10%) степенью проявления нарушений психологического здоровья. Наиболее выраженными симптомокомплексами являются «незащищенность» (22%), «трудности в общении» (18%) и «тревожность» (16%); наименее выражены «недоверие к себе» (6%), «чувство неполноценности» (6%) и «депрессивность» (3%), что соответствует возрастным особенностям современных детей дошкольного возраста [3]. Исследование эмоционального состояния воспитанников с помощью методики М. Люшера позволило выявить предпочтение испытуемыми синего – 25% (спокойствие, защищенность) и красного - 25% (возбуждение, активность) цветов.

С целью укрепления психологического здоровья воспитанников была разработана и внедрена экспериментальная программа «Музыкальная гостиная», которая включила в себя систему занятий, направленных на решение образовательных, развивающих и воспитательных задач, предусмотренных учебной программой дошкольного образования для данной возрастной группы (образовательная область «Музыкальное искусство»), а также нерегламентированную деятельность. Реализация экспериментальной программы предусматривала широкое использование системы методов и приемов: словесных (дыхательные, фонетические, артикуляционные упражнения, слушание и анализ музыкальных произведений и др.), наглядных (наглядные пособия, карточки, иллюстрации, видеопрезентации, видеоролики музыкально-дидактических игр и др.), практических (музицирование, пропевание попевок, музыкально-ритмические упражнения и др.) и игровых (пальчиковая гимнастика, музыкально-дидактические игры, коммуникативные танцы, валеологические песенки, игровой массаж и др.). Особый интерес у воспитанников вызвало участие в шумовом оркестре К. Орфа (инсценировании сказок-шумелок «Мышиная история», «Зима в лесу», «Трусливый заяц» и др.), праздничных мероприятиях «Город мастеров» (ко Дню матери), «Новогоднее турагентство Бабы Яги», «Колядные гулянья», творческом проекте «Дарите людям доброту», способствующее обогащению положительными эмоциями, реализации потребности в творческом самовыражении. Экспериментальная программа внедрялась в сотрудничестве детского сада и семей воспитанников. Совместная реализация разных видов музыкальной деятельности в условиях семьи и учреждения дошкольного образования способствовала укреплению эмоционально близких, доверительных, благополучных детско-родительских отношений, усилению интереса родителей к развитию своих детей в «специфически детских видах деятельности».

Результаты контрольного этапа исследования подтвердили эффективность внедрения программы «Музыкальная гостиная»: значительно повысились показатели психологического здоровья испытуемых (высокий уровень психологического здоровья увеличился на 28%), заметна положительная динамика в эмоциональном состоянии воспитанников (в результате сравнительного анализа цветовых рядов до и после музыкальных занятий было обнаружено повышение частоты предпочтений желтого (на 15%) и снижение частоты предпочтений (с размещением на 1-й и 2-й позициях) черного (на 15%) и серого (на 10%) цветов). Таким образом, музыкальная деятельность является эффективным средством укрепления психологического здоровья детей среднего дошкольного возраста.

Список использованных источников

1. Кудрявцев, В. Т. Развитие творческих способностей и эстетическое воспитание дошкольников // Журнал практического психолога / В. Т. Кудрявцев – 2011. – С. 114 –145 с.

2. Панько, Е. А. О самооценности детства и её поддержке / Е. А. Панько, Е. П. Чеснокова. – Минск: Мин. обл. ин-т развития образования, 2019. – 96 с.
3. Чеснокова, Е. П. Психологическое здоровье детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в разных социокультурных условиях / Е. П. Чеснокова // Весті БДПУ. – 2021. – № 3. – С. 60 – 65.