

**РОЛЬ МУЗЫКАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
В УКРЕПЛЕНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО
ЗДОРОВЬЯ ВОСПИТАННИКОВ УЧРЕЖДЕНИЯ
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**THE ROLE OF MUSIC ACTIVITIES IN THE
STRENGTHENING PSYCHOLOGICAL HEALTH
OF CHILDREN OF PRESCHOOL EDUCATION
INSTITUTION**

*Е. П. Чеснокова / E. Chesnokova,
О. В. Бондаренко / O. Bondarenko*

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

Статья посвящена проблеме психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста и его укрепления средствами музыкальной деятельности. Представлены результаты исследования психологического здоровья детей 4–5 лет. Осуществлен анализ возможностей использования музыкальной деятельности как средства укрепления психологического здоровья воспитанников дошкольного возраста.

The article is devoted to the problem of psychological health of preschool children and its strengthening by means of music activities. 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; учреждение дошкольного образования.

Keywords: psychological health; music activities; preschool children; psychological health strengthening; preschool education institution.

Музыкальное искусство, являясь символом гармонии, красоты и добра, способствует эффективному решению задач духовно-нравственного и художественно-эстетического воспитания.

Ученые отмечают особую близость детей к «художественному» типу, для которого характерны яркость восприятия, наглядная, образная память, богатство воображения (А. В. Запорожец, В. Т. Кудрявцев, Н. С. Лейтес, Е. А. Панько и др.). Благоприятной предпосылкой для успешного развития музыкальной деятельности у детей дошкольного возраста является их «реактивность» на непосредственные впечатления, доставляемые органами чувств, чуткость к образно-эмоциональным моментам, характерное для данного периода соотношение первой и второй сигнальных систем [1]. В соответствии с идеей самоценности детства (Ж. Ж. Руссо, Я. Корчак, П. П. Блонский) и концепцией амплификации детского развития (А. В. Запорожец), в период дошкольного детства необходимо содействовать развитию в первую очередь именно «специфически детских» видов деятельности, среди которых музыкальная деятельность занимает значимое место [2]. В процессе музыкальной деятельности развиваются многие важные психические функции ребенка, особенно активно-творческое воображение, являющееся ключевым новообразованием дошкольного периода и основой творчества [3]. Музыкальная деятельность оказывает позитивное влияние на личность ребенка, эмоциональное состояние [1; 2; 3]. Музыка является целителем здоровья, способным оказывать терапевтический эффект, регулируя процессы возбуждения и торможения (В. М. Бехтерев).

Современные дети нуждаются в укреплении их здоровья, в том числе психологического (В. А. Ананьев, И. В. Дубровина, М. Г. Иванова, Г. С. Никифоров, О. В. Хухлаева, А. В. Шувалов и др.). 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. В данном исследовании психологическое здоровье понимается как инте-

гральная структурно-динамическая характеристика личности, обеспечивающая возможность полноценного функционирования и развития в социуме [4]. Структура психологического здоровья ребенка дошкольного возраста включает в себя следующие взаимосвязанные структурные компоненты: 1) аффективный: чувство защищенности, доверие к себе и миру, самопринятие, оптимизм; 2) когнитивный: целостный позитивный образ Я, зачатки рефлексии; 3) поведенческий: коммуникативная гибкость, творчество (преимущественно в «специфически детских» (А. В. Запорожец) видах деятельности) [4].

С целью изучения возможностей укрепления психологического здоровья детей среднего дошкольного возраста средствами музыкальной деятельности было проведено экспериментальное исследование на базе УО «Детский сад № 41 управления социального развития и ЖКХ ОАО «Беларуськалий» с участием 40 воспитанников 4–5 лет в 2021–2023 гг. Были использованы следующие методы: тестирование (проективная рисуночная методика «Дом – дерево – человек» (Дж. Бак, модификация В. Беляускаса), проективная методика незавершенных ситуаций, цветовой тест М. Люшера), стандартизированное наблюдение (авторская программа), формирующий эксперимент.

На констатирующем этапе исследования в результате наблюдения было выявлено преобладание средней степени выраженности нарушений психологического здоровья испытуемых (55 %). Некоторым воспитанникам характерны низкая (30 %) и высокая (15 %) степени выраженности нарушений психологического здоровья. Наиболее выраженными показателями нарушений психологического здоровья испытуемых стали неуверенность в себе, стремление избегать решения сложных задач на занятиях и в нерегламентированной деятельности (12 %), а также тревожность, страх общения, проявления творчества (8,5 %).

Использование проективной методики «Заверши рассказ...» позволило установить незначительное доминирование у воспитанников уровня оптимизма ниже среднего (30 %) при достаточной выраженности других уровней: выше среднего (25 %), высокого (20 %), среднего (15 %) и низкого (10 %).

В результате проведения тестирования с помощью методики «Дом – дерево – человек» выявлено преобладание детей со слабой (50 %) и средней (45 %) степенями выраженности нарушений психологического здоровья. Высокая степень выраженности нарушений психологического здоровья характерна незначительной части испытуемых (5 %). Наиболее выраженными у воспитанников симптомокомплексами стали «незащищенность» (22 %), «трудности в общении» (18 %) и «тревожность» (16 %); наименее выражены «недоверие к себе» (6 %), «чувство неполноценности» (6 %) и «депрессивность» (8 %), что соответствует возрастным особенностям психологического здоровья современных детей дошкольного возраста [4].

Исследование эмоционального состояния воспитанников с помощью методики М. Люшера позволило выявить предпочтение испытуемыми синего – 25 % (спокойствие, защищенность) и красного – 25 % (возбуждение, активность) цветов, отражающих стремление реализовать соответствующие потребности. В свою очередь, на последних, отвергаемых, позициях цветовых рядов детей находились коричневый – 30–35 % (фрустрация значимых потребностей физиологического характера), черный – 25–30 % (отрицание) и серый – 10 % (стремление спрятаться).

С целью укрепления психологического здоровья воспитанников был разработан и внедрен комплекс «Музыкальная гостиная», который включил в себя систему занятий, направленных на решение образовательных, развивающих и воспитательных задач, предусмотренных Учебной программой дошкольного образования для данной возрастной группы (образовательной области «Музыкальное искусство»), а также нерегламентированную деятельность. Реализация данного комплекса 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 (музичирование, 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», «Скорый поезд в Веснушкино», «Колядные гулянья», творческом проекте «Дарите людям доброту», способствующих обогащению положительными эмоциями, реализации потребности в творческом самовыражении. Комплекс мероприятий внедрялся 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».

На контрольном этапе исследования была выявлена положительная динамика. В результате повторной диагностики высокий уровень оптимизма возрос на 25 %, достигнув 45 % случаев. С помощью повторного наблюдения обнаружено, что высокая степень выраженности нарушений психологического здоровья снизилась на 10 %, достигнув 5 % случаев в группе. В результате повторного тестирования с помощью методики «Дом – дерево – человек» установлено, что слабая степень выраженности симптомокомплексов (соответствующая норме психологического здоровья) возросла на 32 %, достигнув 82 %. Заметна также положительная динамика в эмоциональном состоянии воспитанников. В результате сравнительного анализа цветовых рядов детей 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. Результаты исследования позволили сделать вывод о том, что музыкальная деятельность является эффективным средством укрепления психологического здоровья воспитанников среднего дошкольного возраста.

Список использованных источников

1. 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.
2. Запорожец, А. В. Значение ранних периодов детства для формирования детской личности / А. В. Запорожец // Хрестоматия по возрастной психологии : учеб. пособие для студентов / сост. Л. М. Семенюк. – М., 2003. – С. 134–138.
3. Ветлугина, Н. А. Музыкальное развитие ребенка / Н.А. Ветлугина. – М.: Просвещение, 1996. – 376 с.
4. Чеснокова, Е. П. Психологическое здоровье детей старшего дошкольного возраста, воспитывающихся в разных социокультурных условиях / Е. П. Чеснокова // Весці БДПУ. – 2021. – № 3. – С. 60–65.