

## ПЕНИЕ КАК ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО ПРЕОДОЛЕНИЯ ДЕЗАДАПТАЦИИ ПОВЕДЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Сумарокова Н.С.

*ФБГОУ «Московский государственный гуманитарный университет им. М.А.Шолохова Минобрнауки России», Москва, Россия (109240, Москва, Верхняя Радищевская улица, дом 16-18), e-mail: muz.mggu@mail.ru*

В статье рассмотрена проблема возникновения дезадаптации поведения младших школьников. Выявлен ряд факторов, приводящих к ее возникновению: семейный фактор, низкий профессионализм и личностные качества учителя, низкие коммуникативные возможности ребенка и физическое здоровье школьника. В качестве педагогического средства решения этой проблемы рассмотрено пение. В учебной работе для преодоления дезадаптации рекомендовано использовать возможности певческой деятельности и психо-эмоциональную коррекцию с использованием музыкотерапии. Рассмотрена роль вокалотерапии как приоритетного направления для достижения положительного результата в решении данной проблемы, которая способствует снятию эмоционального напряжения и уменьшению накопленных отрицательных эмоций. Занятия пением способствует повышению самооценки, уровня мотивации к обучению и достижению поставленных целей; развитию умений и навыков творческой деятельности; формированию культуры и коммуникативных способностей школьника; развитию музыкальных способностей и творческого воображения.

Ключевые слова: дезадаптация, певческая деятельность, вокалотерапия, музыкально-творческая деятельность, эмпатия, коммуникативные способности, самооценка, музыкальные способности.

## SINGING AS A PEDAGOGICAL TOOL FOR OVERCOMING MALADJUSTMENT OF CHILDREN IN A PRIMARY SCHOOL

Sumarokova N.S.

*Moscow State Humanitarian University n.a.M.A.Sholokhov, Moscow, Russia (109240, Moscow street Upper Radishchevskaya 16-18), e-mail: muz.mggu@mail.ru*

The article considers the problem of the origin maladjustment behavior of younger students. A number of factors leading to its occurrence: the family factor, lack of professionalism and personal qualities of teachers, low child communication capabilities and physical health of the student. As a pedagogical tool to solve this problem is considered singing. In academic work to overcome maladjustment is recommended to use the possibility of singing activity and psycho-emotional correction using music therapy. The role of vocal therapy as a priority in order to achieve positive results in solving this problem, which helps to relieve emotional tension and reduce the accumulation of negative emotions. Singing lessons enhances self-esteem, level of motivation to learn and achieve their goals; development of skills of creative activity; a culture and communication skills the student; development of musical abilities and creative imagination.

Keywords: maladjustment, singing activities, vocal therapy, musical and creative activity, empathy, communication skills, self-esteem, musical abilities.

С древнейших времен философы и педагоги обращали свое внимание на то, что музыка не только образует и воспитывает, но и гармонизирует личность, дает терапевтический эффект и положительно воздействует на психическое и физическое состояние человека. В настоящее время многие ученые и исследователи также приходят к пониманию того, что музыка является серьезным коррекционным средством, способна выполнять психотерапевтическую функцию и может выступать как педагогическое средство преодоления дезадаптации поведения младших школьников.

Начало обучения в школе – это новый жизненно-важный промежуток для ребенка. Именно первый год пребывания ребенка в школе является одним из самых непростых,

требующий больших затрат физических, психо-эмоциональных и одновременно большой умственной работы. В этот период резко меняется образ жизни ребенка, значительные изменения претерпевает его психика, начинается адаптационный процесс налаживания контактов со сверстниками и учителями. Испытывая большой стресс, дети по-разному адаптируются к школе. Задача учителя в этот период — создать такие условия в организации процесса обучения и общения, которые позволили бы прогнозировать последовательное развитие адаптивных возможностей ребенка.

Школьника, который успешно соблюдает всю школьную систему норм правил и поведений считают хорошо приспособленным к условиям школы. Адаптация такого ребенка происходит без серьезных последствий, таких как ухудшение здоровья, самооценки себя как индивида и т. д. Процесс успешной адаптации вне зависимости индивидуальных характеристик школьника длится около 1,5 месяцев, у проблемных детей он соответственно затягивается.

Существует несколько степеней адаптации: 1) первая – как самая легкая происходит в наиболее щадящих формах и при минимальных затратах сил детского организма; 2) вторая – происходит в средней форме и отмечается ухудшением самочувствия, состоянием переживаний, тревог; 3) третья – самая тяжелая проходит в состоянии постоянного стресса и заболеваний школьника и длится около года, что подрывает силы организма и приводит впоследствии к проблемам со здоровьем ребенка и как результат падает успеваемость в школе. Именно это приводит к дезадаптации поведения, которая складывается под влиянием ряда факторов.

Наиболее значимым представляется семейный фактор: недостаточная подготовка ребенка к началу обучения, плохое руководство родителей по отношению к ребенку. Со стороны родителей требуется активизация внимания по отношению к ребенку, включающая психологическую поддержку и создание положительного эмоционального фона в семье, который создает доверительные отношения с обеих сторон.

Во-вторых, низкий профессионализм и личностные качества учителя. От уровня успешности адаптации в школьный процесс зависит выбор учителем адекватной методики преподавания, модели поведения, но самое главное – это учет физиологических и индивидуальных особенностей ребенка. В отношении линии поведения учителю важно не выделять кого-то конкретного из школьного коллектива, относится ко всем одинаково.

В-третьих, низкие коммуникативные возможности ребенка. Такие проблемы встречаются у детей, которые с детства были ограничены в общении со сверстниками и большее время проводили в домашних условиях. Впоследствии такие дети ждут такого же благоприятного отношения от своего школьного коллектива и учителей. В результате,

ожидания ребенка и реальность жизненных ситуаций оказываются разными, не в пользу последнего.

В-четвертых, физическое здоровье школьника. Часто болеющие дети испытывают ряд трудностей, таких как быстрое утомление, снижение уровня работоспособности, что в итоге приводит к низкой успеваемости.

Деадаптация проявляется в повышении частоты заболеваний, снижения успеваемости и дисциплины. Неадекватное применение программ для коррекции данной проблемы приводят к постоянному отставанию в школе. В поведении появляются негативные составляющие, приводящие к частым конфликтам. Выделяют такие составляющие, как показатель деадаптации поведения: агрессивность, неполноценность, различные расстройства в эмоциональном плане, не сосредоточенность, уединенность, непосещение уроков и т.д.

Преодолению перечисленных проблем помогают занятия комплексные занятия музыкой, в частности певческой деятельностью. Необходимо использовать два направления, которые дополняют друг друга. Первое – это использование коррекционного и одновременно развивающего процесса воспитания школьников средствами певческой деятельности, формирование музыкальной культуры. Второе – психо-эмоциональная коррекция с использованием музыкотерапии как средства для достижения поставленной цели. В эмоциональном плане музыка, сочетая в себе общий мелодичный музыкальный фон с сопутствующим гармоничным звучанием звуков, благотворно сказывается на положительном настроении и преодолении депрессии.

В итоге происходит процесс физического и психо-эмоционального выздоровления, повышения самооценки и уровня мотивации к обучению и достижению поставленных целей, умению творчески подходить к решению своих проблем. С помощью коррекционно-развивающего процесса, формируется культура школьника, развиваются музыкальные способности и творческое воображение, а главное – формируются хорошие коммуникативные возможности – умение слушать себя и других, работать и существовать в коллективе.

Ценность музыки, заключается, прежде всего, в том, что она может передать всю палитру человеческих переживаний, выразить основную идею и донести до слушателя глубокий смысл, содержащийся в исполняемом произведении. Для музыкально-личностного развития ребенка необходимо воспитание интереса и любви к музыке, а также воспитание эмоциональной отзывчивости как основы эмпатии – сопереживания и сочувствования окружающим.

У младших школьников наиболее ярко выражено творческое начало во всем, что касается передачи интонаций, подражании различным образам. Творчество дает неизведанные возможности и позволяет открыть что-то новое для себя.

Музыкально-творческая деятельность включает в себя пение и игру на музыкальных инструментах, движение под музыку. С помощью музыкально-творческой деятельности развиваются творческий потенциал и музыкальные способности, импровизация, умение принимать самостоятельные решения и решать различные поставленные задачи. Также развиваются музыкальные навыки, чувство ритма, умение двигаться под музыку и чувствовать себя свободно.

На уроке музыки для младших школьников все задания даются в виде игрового элемента и включают пение и сочинение простых мелодий, оценке прослушанного материала. Все это содействует самовыражению детей в музыке.

Для того чтобы ребенок научился сочинять простейшие мелодии необходимо развивать музыкальные способности. Также требуются творческое воображение, умение принимать решения в любых ситуациях. В младшем школьном возрасте следует начинать с простейших творческих заданий, постепенно усложняя их в будущем.

Все перечисленные виды деятельности способствуют развитию качеств работы в коллективе и развивают навыки коммуникации.

Большое влияние на процесс адаптации играет пение, которое имеет глубокое воздействие на сферу жизнедеятельности человека, так как является естественным процессом. Оно исходит из глубины души человека и производит незабываемое впечатление у слушателей, вызывая эмоциональный отклик и сопереживание у слушателей. В итоге, наряду с формированием культуры школьника, происходит одновременно и коррекция уже существующих проблем. Пение также мотивирует детей, помогает налаживать контакт с окружающими и помогает добиться уверенности в себе, что тоже немаловажно.

Пение же, в частности как один из видов коллективной деятельности, дает уникальный шанс научиться держать себя на публике. Наиболее показательным в этом плане является хоровое пение как вид коллективной творческой деятельности. Оно объединяет детей в один коллектив, появляется чувство локтя, что способствует развитию умения решать поставленные задачи вместе, понимать и слышать друг друга.

Пение – это сложный процесс, в котором задействован не только голос, но и весь организм. Занятия пением способствуют развитию певческих навыков, с помощью которых учащиеся учатся правильно дышать, держать осанку во время пения, правильно говорить, чувствовать себя свободно на публике и уметь доносить до слушателя свои мысли и эмоции. В итоге весь учебный процесс положительно влияет на уровень здоровья

школьников, снижает утомляемость, развивает усидчивость и раскрепощает наиболее замкнутых детей.

Певческая деятельность является эффективным способом преодоления процесса дезадаптации поведения школьников. Одним из путей является использование адаптационных возможностей вокалотерапии (В.П. Морозов, С.В. Шушарджан и др.). Ее терапевтическая роль заключается в снятии эмоционального напряжения, уменьшении накопленных отрицательных эмоций. Наиболее эффективно ее использование в групповых занятиях, так как здесь наиболее ценно взаимодействие детей в коллективе, что помогает учиться налаживать контакт между участниками пения.

Вокальные упражнения, основанные на пропевании различных сочетаний звуков, благотворно влияют на общее физическое и психическое состояние (А.И. Попов). Доказаны возможности вокалотерапии как метода благоприятного влияния на психо-эмоциональную сферу, как слушателей, так и исполнителей (В.П. Морозов), а также ее роль как механизма, способствующего раскрытию адаптационного потенциала организма (С.В. Шушарджан).

Большое значение имеет и понимание психо-эмоциональных возможностей певческой деятельности. Поскольку способность к певческой деятельности присутствует практически у всех людей, то навыки пения требуют лишь развития: каждый рожденный звук дает свою вибрацию, которая в ответ распространяется в организме и в результате взаимообмена рождает душевное равновесие (Д. Е. Огороднова).

Наиболее плодотворно в решении дезадаптационных проблем участие в хоровом пении, как наиболее доступном коллективном виде творчества. В хоровом пении можно ввести основы вокалотерапии, используя ее в вокальных упражнениях для формирования и развития основных вокальных навыков в ненавязчивой игровой форме. В занятии пением полезно использование песен разного характера, которые помогают школьнику решать различные поставленные задачи, развивают самостоятельность и творческий потенциал, при этом школьник развивается в умственно-физическом плане.

Таким образом, певческая деятельность может считаться одним из важнейших педагогических средств, способствующих преодолению дезадаптации детей в младшей школе. В силу своих особенностей она способствует повышению самооценки, уровня мотивации к обучению и достижению поставленных целей; развитию умений и навыков творческой деятельности; формированию культуры и коммуникативных способностей школьника; развитию музыкальных способностей и творческого воображения.

### **Список литературы**

1. Леонова Е.В., Плотникова А.В. Развитие коммуникативных умений младших школьников в совместной творческой деятельности // Начальная школа. – 2011. - № 7. – С. 91–96.
2. Леонова, Е.В., Сергеева, С.С. Адаптация первоклассников к обучению в школе средствами развития творческих способностей // Ананьевские чтения – 2010. Современные прикладные направления и проблемы психологии: Материалы научной конференции, 19–21 октября 2010 г. – Ч. 2 / Отв. ред. Л.А. Цветкова. – СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2010. – С. 237–239.
3. Морозов В.П. Искусство резонансного пения. Основы резонансной теории и техники. – М.: МГК, ИП РАН, 2002. – 496 с.
4. Немыкина И.Н., Сумарокова Н.С. Певческая деятельность как условие социально-личностного развития детей в младшей школе // Современные проблемы науки и образования. – 2014. - № 1; URL: <http://www.science-education.ru/115-11980> (дата обращения: 06.02.2014).
5. Немыкина И.Н., Сумарокова Н.С. Адаптивные возможности певческой деятельности в музыкальном воспитании // Вестник МГГУ им. М.А.Шолохова: Педагогика и психология. – 2014. - № 2. – С. 92-97.
6. Огороднов Д.Е. Музыкально-певческое воспитание детей в общеобразовательной школе. – Изд. 3-е. – Киев: Музична Украина, 1989. – 164 с.
7. Шавалеева Р. Уроки музыки – уроки духовного и физического здоровья // Директор школы. – 2007. - №4. – С. 97–102.
8. Шушарджан С.В. Музыкаотерапия и резервы человеческого организма. – М.: Антидор, 1998. – 363 с.

**Рецензенты:**

Рапацкая Л.А., д.п.н., профессор, заведующий кафедрой музыкознания и музыкального образования ФГБОУ ВПО «Московский государственный гуманитарный университет им. М.А. Шолохова» Минобрнауки России, г. Москва;

Козьменко О.П., доктор культурологии, профессор кафедры музыкознания и музыкального образования ФГБОУ ВПО «Московский государственный гуманитарный университет им. М.А. Шолохова» Минобрнауки России, г. Москва.