

**Наталія Євстігнєєва**

**м. Полтава**

**АКТУАЛІЗАЦІЯ ПСИХОГІГІЄНИЧНОГО ПОТЕНЦІАЛУ  
МУЗИЧНОГО МИСТЕЦТВА В КОНТЕКСТІ ОПТИМІЗАЦІЇ  
НАВЧАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ**

Інтенсифікація сучасного навчального процесу середньої школи, його перенасиченість емоціогенними ситуаціями призводить до виникнення перевтоми та емоційної напруженості, порушень психосоматичного здоров'я суб'єктів педагогічної взаємодії.

Виходячи з об'єктивної неможливості змінити так званий "зовнішній контур" навчальної діяльності, тобто фактично зменшити об'єм навчального навантаження учнів та повністю уникнути емоційно напружених ситуацій, у якості оптимізуючого засобу надалі набуває актуальності звернення до "внутрішнього контуру" діяльності – активізація внутрішніх адаптаційних, захисних сил людського організму.

Підвищення функціональних резервів учасників педагогічної взаємодії уможлиблюється завдяки актуалізації психогігієнічного потенціалу музичного мистецтва. Підґрунтям та передумовою прикладного застосування музики у навчальному процесі є традиційно визнане психогігієнічне діяння мистецтва звуків на організм дорослої людини та дитини, що полягає у здатності музики запобігти виникненню зайвої психічної напруженості, відтягнути розвиток стомлення людини, підтримати оптимальні для ефективного виконання навчальної діяльності функціональні стани (Е.Л. Гейтвул, А.Л. Гольдварг, А.Л. Готсдинер, В.К. Ліпінський, В.С. Міддлтон, М.Р. Могендович, Р.П. Повілейко).

Використання музики у якості оптимізуючого розумову діяльність засобу, засновано на положенні А.А. Ухтомського про домінанту, у якому стверджується, що осередок робочої домінанти у центральній нервовій системі можливо підсилити більш слабким подразником – музичним звучанням. Саме тому, музика, по відношенню до основного виду діяльності – навчальної для учнів та педагогічної для вчителя, при дотриманні спеціального "музичного режиму" може виступати субдомінантним подразником та підвищувати її ефективність.

Як звісно, музику можна не тільки слухати, а просто чути, й від цього її об'єктивне діяння не зникає. Навпаки, при певних умовах, процес сприймання музики може поєднуватись з деякими видами розумово-практичної діяльності людини, суттєво підвищувати її ефективність. Така форма музичного сприйняття отримала назву комітатної (Г.С. Костюк). У такий спосіб сприйняття музики відбувається опосередковано, шляхом впливу на неусвідомлену сферу психіки (Л.С. Виготський, В.Л. Леві, В.В. Медушевський). Під час комітатного сприйняття, музика виступає невербальним подразником, узгоджує організмичні процеси (Г.Г. Кальве, Г.І. Россоліно, Ю.А. Цагареллі). Цьому сприяє здатність нервової та інших систем людського організму засвоювати музичний ритм (резонувати у відповідь), не залежно від свідомості. Так як засвоєння, наприклад, музичного ритму є рефлексорним процесом, то музика може сприяти підвищенню як м'язової так і розумової активності. За ствердженням Г.А. Ільїної, це найбільш яскраво проявляється у дітей.

Музичний супровід розумової та практичної діяльності людини у науковій літературі дістав назву функціональної музики (А.А. Калашніков, А.Б. Леонова). Під "функціональною" музикою ми будемо вважати виокремлену у певних цілях частина музичного мистецтва, яка підпорядковується загальним закономірностям музичного впливу на дорослу людину та дитину, підібрану за певними критеріями, покликану стимулювати

психологічні та фізіологічні функції під час виконання навчальної діяльності, що укріплює та зберігає психосоматичне здоров'я.

Аналізуючи науково-практичний доробок у галузі прикладного використання музичного мистецтва, ми дійшли висновку, що актуалізація психогігієнічного потенціалу музики можлива за умов: усвідомлення учителем сутності психогігієнічної функції мистецтва звуків, механізмів та закономірностей комітатного сприйняття музичного потоку, наявності навичок підбору відповідного музичного репертуару та складання "музичного режиму учбового дня", урахування особливостей та умов процесу педагогічної взаємодії, динаміки розумової працездатності її суб'єктів (валеогеного режиму).