

# РОЛЬ И ФУНКЦИИ МУЗЫКАЛЬНОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ НА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ ЗАНЯТИИ: СТУДЕНЧЕСКИЙ ВЗГЛЯД

Дейнеко А. Х., Беленькая И. Г.

Харьковская государственная академия физической культуры

**Аннотация.** Опираясь на разработки новой парадигмы образования «Learning», авторы обращают внимание на актуальность и многофункциональность использования музыкального сопровождения на учебно-тренировочных занятиях в системе высшего образования. Посредством проведения пилотажного социологического исследования среди студентов Харьковской государственной академии физической культуры авторы анализируют влияние музыкального сопровождения на психоэмоциональное состояние, волевую регуляцию поведения и двигательную память (механизмы запоминания и воспоминания) студентов-спортсменов.

**Ключевые слова:** музыкальное сопровождение, учебно-тренировочное занятие, музыкальная психотерапия, волевая регуляция, психоэмоциональное состояние.

**Анотація.** Дейнеко А. Х., Біленька І. Г. Роль і функції музичного супроводу на навчально-тренувальних заняттях: студентський погляд. Спираючись на розробки нової парадигми освіти «Learning», автори звертають увагу на актуальність і багатофункціональність використання музичного супроводу на навчально-тренувальних заняттях у системі вищої освіти. За допомогою проведення пілотажного соціологічного дослідження серед студентів Харківської державної академії фізичної культури автори аналізують вплив музичного супроводу на психоемоційний стан, волюву регуляцію поведінки і рухову пам'ять (механізми запам'ятовування й пригадування) студентів-спортсменів.

**Ключові слова:** музичний супровід, навчально-тренувальне заняття, музична психотерапія, волюва регуляція, психоемоційний стан.

**Abstract.** Deyneko A., Belenkaya I. Role and functions of musical accompaniment on training sessions: student's view. Relying on the background of a «learning» new paradigm of education, the authors pay attention on the relevance and versatility of musical accompaniment for training sessions in the Education System. Through the aerobic sociological study among the students of Kharkiv Academy of Physical Culture, the authors analyze the impact of musical accompaniment to the psycho-emotional conditions, volitional regulation of behavior and motor memory (memoring and rememoring mechanisms) of student-athletes.

**Key words:** musical accompaniment, training sessions, music therapy, volitional regulation, psycho-emotional conditions.

**Постановка проблемы.** В контексте новой парадигмы образования, о которой пишут американские исследователи Р. Баг и Дж. Таг, а также П. Бурдые и отечественные социологи, в современной социокультурной ситуации актуальность приобретают активные нетрадиционные методы преподавания, происходит изменение миссии вузов [4; 6; 9]. Их роль теперь заключается в создании учебной ситуации, в которой преподаватели обретают статус модераторов учебного процесса (выступают «дизайнерами» методов обучения и учебной среды), а его главными субъектами выступают студенты. И хотя об активизации перехода украинской системы высшего образования к новой парадигме learning (по Р. Бару и Дж. Тагу) говорить пока не стоит, однако некоторые ее аспекты являются особенно актуальными (в контексте преподавания

дисциплин по физической культуре и спорту).

Одним из направлений активизации новой парадигмы образования в рамках обучения профессиональных спортсменов, будущих тренеров и учителей нам представляется использование музыкального сопровождения на учебно-тренировочных занятиях. В наработках И. Г. Беленькой уже был проанализирован опыт использования нетрадиционных методов на занятиях по музыкально-ритмическому воспитанию (в частности, методы «музыкальный театр», «изобразительный танец», «живая музыка» и др.) [1]. В рамках данной работы мы ориентированы на более подробное исследование функциональной значимости музыкального сопровождения учебно-тренировочного занятия в оценках студентов.

**Анализ последних исследований и публикаций.** Плеяда современных психологов и психотерапевтов (например, В. И. Петрушин, Р. Блаво,



О. А. Блинова [2; 3; 8]) предлагают рассматривать музыкальное сопровождение на учебно-тренировочных занятиях в качестве элемента музыкальной психотерапии, а его функциональную значимость исследователи видят в преодолении отрицательных переживаний и эмоций спортсмена, снятии стресса, конструировании когнитивной сферы (в том числе процесса запоминания и воспоминания двигательного навыка).

Основываясь на исследовательских наработках авторов, нами была сформулирована **цель работы** – проанализировать влияние музыкального сопровождения на учебно-тренировочном занятии на двигательную память и психоэмоциональное состояние студентов-спортсменов.

**Основными задачами исследования** являются:

1. Выявление функциональной значимости использования музыкального сопровождения на учебно-тренировочных занятиях в оценках студентов.
2. Определение влияния музыкального сопровождения на запоминание/воспоминание двигательных навыков студентами.

**Методология исследования.** В качестве метода сбора информации нами был использован социологический метод анкетного опроса (количественная методология); выборочную совокупность составили студенты 1-го курса Харьковской государственной академии физической культуры (61 респондент). Опрос проведен сплошным методом среди студентов 13-ти специализаций (опрашивались все студенты, присутствующие на занятии по музыкально-ритмическому воспитанию). Выборка исследования не является репрезентативной, исследование носит пилотажный характер. В процессе обработки социологической информации был использован программный модуль SPSS\*.

**Результаты исследования.** Согласно результатам исследования, подавляющее большинство респондентов отдают предпочтение учебно-тренировочным занятиям с наличием музыкального сопровождения, на что указали 93 % опрошенных (90 % которых одновременно согласились с тем, что музыкальное сопровождение повышает эффективность

занятий/тренировок). Для проверки «искренности» ответов наших респондентов мы задали проективный вопрос о том, хотели бы они использовать музыкальное сопровождение на своих тренировках. Положительно на данный вопрос ответили 88 % опрошенных, что отчасти дает нам основания для вывода о высокой значимости использования музыкального сопровождения на занятиях в оценках студентов. Этот показатель можно трактовать по-разному: аудиовизуальным поворотом современной культуры (на социокультурном уровне), нетрадиционностью и повседневностью использования занятий подобного формата (на уровне восприятия), особенностями роли музыкального сопровождения и т. д. Последнее в представлении студентов в значительной степени способствует активизации психоэмоциональных аспектов деятельности личности: повышение настроения, желание тренироваться/заниматься (на что указали более 60 % опрошенных). Воздействуя на эмоциональную сферу личности, музыка активизирует волевую детерминацию, что объясняет повышение работоспособности студентов на занятии при наличии музыкального сопровождения (студенты высоко оценили роль музыки при воздействии на интерес к тренировкам/занятиям, повышение работоспособности). С одной стороны, это свидетельствует об актуализации роли преподавателя как музыкального психотерапевта-модератора на учебно-тренировочном занятии, с другой, – о значимом воздействии музыкального сопровождения на психоэмоциональное состояние студентов, а также на волевую регуляцию. Таким образом, следует отметить перспективы общего повышения качества и эффективности учебно-тренировочного процесса посредством использования музыкального сопровождения.

Обратим внимание на выбор студентами варианта ответа «не способствует» относительно воздействия музыкального сопровождения на «снятие стресса» и «желание тренироваться/заниматься»: по этим двум альтернативам зафиксировано наименьшее несогласие студенческой аудитории. Данную тенденцию мы объясняем возможной разницей в понимании характера и содержании самой музыки, которая

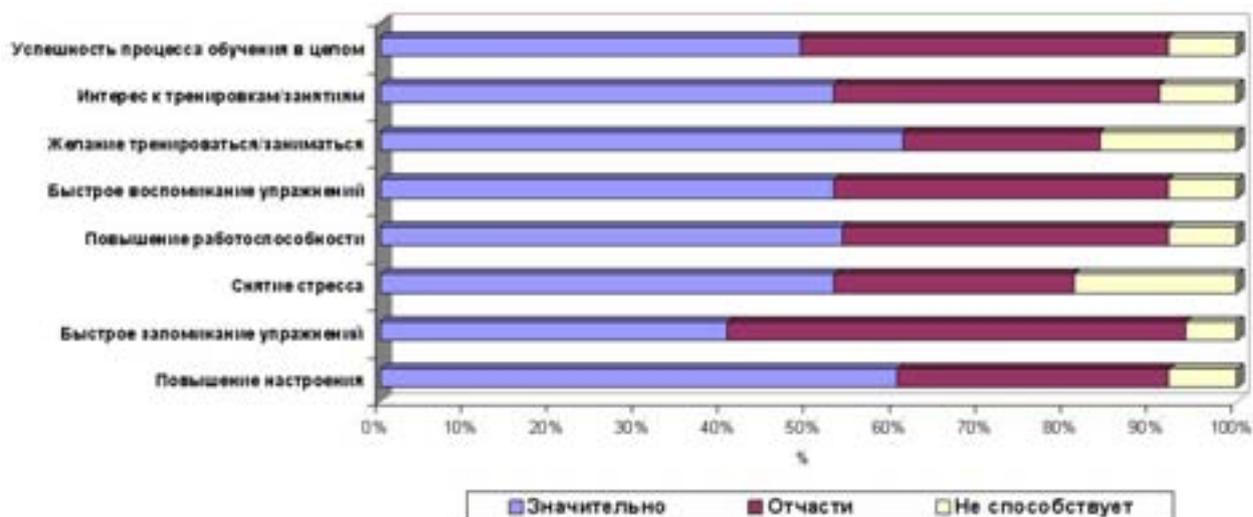
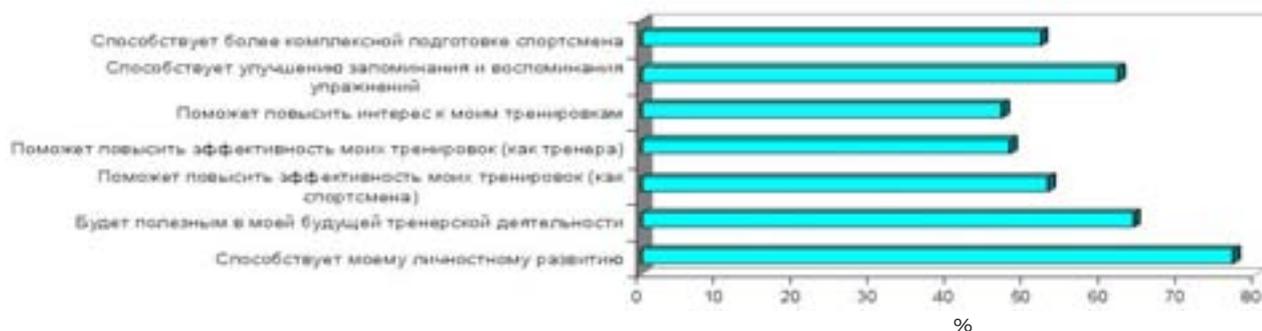


Рис. 1. Роль музыкального сопровождения на учебно-тренировочных занятиях в оценках студентов (в % к ответившим)



**Рис. 2. Польза от изучения курса «Музыкально-ритмическое воспитание» в оценках студентов (в % к ответившим)**

в некоторых случаях (как отмечают исследователи) может в действительности не способствовать снятию психоэмоционального напряжения спортсменов.

Эффективность музыкального сопровождения значима не только для улучшения психоэмоционального состояния спортсмена, но и благодаря воздействию на процессы запоминания и воспоминания, к примеру, новых упражнений (двигательных навыков) посредством активизации эмоциональной памяти (ведь то, что вызывает у человека эмоции, запоминается без особого труда и на длительный срок). Интересен тот факт, что студенты в большей степени оценивают эффективность роли музыки в процессе воспоминания упражнений (53 % согласились полностью, 39 % – отчасти), нежели для быстрого запоминания упражнений (41 и 54 % соответственно). Если значимая роль музыки в процессе воспоминания упражнений свидетельствует о ее эффективности в качестве средства ассоциативной и образной памяти, аудиальной перцепции, то менее актуальная роль последней в процессе быстрого запоминания вызвала у нас затруднение в исследовательской интерпретации. В поисках ответа мы обратились к распределению значимости различных факторов в процессе запоминания новых упражнений студентами. Так, в числе факторов-лидеров, влияющих на запоминание новых упражнений студентами – наличие музыкального сопровождения (82 % опрошенных отметили альтернативу «очень важно»), показ упражнения преподавателем (75 %), многократность выполнения упражнения (50 %). Ответы студентов вполне укладываются в логику процесса запоминания, в котором показ упражнения и наличие музыки воздействуют на визуальный и аудиальный каналы восприятия, а многократность выполнения воздействует на долговременную (либо оперативную) память. Учитывая, что большинство людей являются визуалами (то есть эффективнее воспринимают информацию через визуальные каналы восприятия), высокий показатель оценки эффективности музыки в процессе запоминания упражнений мы объясняем как активизацией эмоциональной памяти, так и комплексным характером одновременного воздействия целого ряда факторов.

Нами было зафиксировано наличие корреляционной зависимости между оценкой значимости наличия музыкального сопровождения на занятии и ролью последнего при повышении настроения студентов, желании тренироваться, повышении рабо-

тоспособности. Так, чем выше студенты оценивали значимость наличия музыкального сопровождения, тем больше они оценивали его эффективность по представленным выше направлениям. Этот факт еще раз подтверждает высокую оценку значимости музыки на учебно-тренировочном занятии в сознании студентов.

Схожие тенденции были зафиксированы в ответах на вопрос о значимых факторах, влияющих на процесс воспоминания упражнений. Так, 64 % опрошенных отметили, что им помогает вспомнить упражнение представление образа себя, исполняющего движение; 58 % указали на значимость воспоминания музыкального мотива, под который выполнялось упражнение; 29 % студентов обычно представляют себе других студентов (своих коллег) и еще 21 % респондентов – место, где было выучено упражнение. Этот вопрос в анкете был полуоткрытым, поэтому некоторые ребята также отметили важную роль «значимого другого» (по Дж. Миду), в частности преподавателя/тренера, исполняющего упражнение, а также указали на попытку вспомнить последовательность самих упражнений, а не воспоминание посредством каких-либо внешних факторов. Из выше представленного следует, что музыка выступает одним из значимых факторов процесса воспоминания двигательных навыков, дополняя «систему координат» механизма коммемориализации.

Среди предложенных индикаторов значимости изучения курса «музыкально-ритмическое воспитание» (рис. 2) лидирующие позиции в оценках студентов заняли: согласие с тем, что изучение курса способствует личностному развитию (77 % опрошенных); польза полученных знаний в будущей тренерской деятельности (64 %); способ улучшения запоминания и воспоминания упражнений (62 %); средство повышения эффективности тренировок (как спортсмена), на что указали 53 % студентов; способ комплексной подготовки спортсмена (52 %). Так, с точки зрения аксиодискурса, для студентов важны не только сугубо прагматические, инструментальные мотивы изучения курса (его польза в будущей тренерской деятельности, повышение эффективности в тренировочном процессе), но и значимой является постмодернистская ценность (термин по Р. Инглехарту [9]) саморазвития и самореализации. Тот факт, что студенты рассматривают музыкальное сопровождение занятия не лишь как инструментальную (ценность-средство), но и как терминальную (ценность-цель) ценность, сви-

детельствует о благоприятном восприятии средств музыкального сопровождения и музыкальной психотерапии студенческой аудиторией, комплексном воздействии на психоэмоциональную и волевую сферу личности.

**Выводы.** В ходе анализа эмпирических данных нами были отмечены следующие тенденции:

1. Музыкальное сопровождение учебно-тренировочных занятий оказывает значимое влияние не только на психоэмоциональное состояние студентов (в частности, повышение настроения, желания тренироваться/заниматься, формирование интереса к занятиям и т. д.), но и на процессы волевой регуляции (повышение работоспособности), мемориализации и коммемориализации.

2. Исходя из того, что подавляющее большинство студентов отдают предпочтение учебно-тренировочным занятиям с наличием музыкального сопровождения, согласны с тем, чтобы использовать его на своих тренировках, следует сделать вывод о благоприятном восприятии музыкальной психотерапии студенческой аудиторией, достаточно высокой ее эффективности.

3. Значимая роль музыкального сопровожде-

ния в процессе личностного саморазвития студентов, а также в повышении качества учебно-тренировочного процесса в целом дают основания для позиционирования средств музыкального сопровождения как прогрессивного нетрадиционного метода новой парадигмы образования, в которой акцент сделан на значимости самообучения и самообразования студентов.

### **Перспективы дальнейших исследований.**

Планируется выделение частей учебно-тренировочного занятия, на которых, согласно мнению студентов, актуальным будет использование музыкального сопровождения, а также изучение музыкальных предпочтений студенческой аудитории для подбора музыкальных произведений по курсу «музыкально-ритмическое воспитание».

\*SPSS – *Statistical Package for the Social Science* (англоязычная программа статистической обработки данных), которая чаще всего используется при проведении социальных, социологических и маркетинговых исследований и содержит набор операций по анализу количественных данных, идентичных программе STATISTIKA (подробнее см. [5]).

### **Литература:**

1. Беленькая И. Г. Музыкальная психотерапия в учебно-тренировочном процессе / И. Г. Беленькая / Слобожанський науково-спортивний вісник: зб. наук. ст. – Харків : ХДАФК, 2004. – С. 283–287.
2. Блаво Р. Исцеление музыкой / Р. Блаво. – Спб. : Питер, 2003.
3. Блинова О. А. Процесс музыкальной психотерапии: систематизация и описание основных форм работы / О. А. Блинова // Психологический журнал. – Москва, 1988.
4. Бурдые П. Система образования и система мышления: электронный ресурс / П. Бурдые. – Режим доступа: <http://www.bourdieu.narod.ru>.
5. Бюльль А. SPSS. Искусство обработки информации. Анализ статистических данных и восстановление скрытых закономерностей / А. Бюльль, П. Цёфель. – Москва-Санкт-Петербург-Киев, 2002. – 608 с.
6. Горбач А. Н. Нетрадиционные методы преподавания социологии: учебное пособие / А. Н. Горбач, И. Д. Ковалева, О. А. Редько, Ю. Г. Сорока. – Харьков, 2001. – 328 с.
7. Инглехарт Р. Постмодерн: меняющиеся ценности в изменяющемся обществе / Р. Инглехарт. – Полис, 1997. – № 4. – С. 12–24.
8. Петрушин В. И. Музыкальная психотерапия / В. И. Петрушин. – М. : Гуманитарное издательство, 2000.
9. Robert B. Bar. From teaching to learning – a new paradigm for undergraduate education / Bar Robert B., Tagg J. // *Change*. – 1995, November/December. – P. 13–25.