

Министерство образования Республики Беларусь

Учреждение образования «Барановичский государственный университет»

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ  
ТЕХНОЛОГИИ И СИСТЕМЫ:  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ  
И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ**

Материалы II Международной  
научно-практической конференции

(Барановичи, 20 мая 2016 года)

Барановичи  
БарГУ  
2016

УДК 796(063)

Представлены результаты практической, экспериментальной, научной и инновационной деятельности работников и специалистов Республики Беларусь, Российской Федерации, Украины и Польши в области физической культуры и спорта.

Адресуется студентам учреждений высшего образования, преподавателям физической культуры, тренерам по спорту, магистрантам, аспирантам, научным работникам.

Редакционная коллегия:

А. В. Никишова (гл. ред.), И. А. Ножка (отв. секретарь),  
А. Н. Герасевич, А. В. Земоглядчук, К. С. Тристеня, В. И. Козел

Рецензенты:

доктор педагогических наук, профессор, заведующий кафедрой физического воспитания и спорта Белорусского государственного университета В. А. Коледа,  
кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой физического воспитания и спорта учреждения образования «Могилёвский государственный университет имени А. А. Кулешова» Т. Е. Старовойтова

---

*Научное издание*

**ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ  
ТЕХНОЛОГИИ И СИСТЕМЫ:  
ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ  
И МЕДИКО-БИОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ**

Материалы II Международной  
научно-практической конференции

(Барановичи, 20 мая 2016 года)

Ответственный за выпуск Е. Г. Хохол  
Технический редактор А. Ю. Сидоренко  
Компьютерная вёрстка С. М. Глушак  
Корректор С. А. Березнюк

Подписано в печать 05.09.2016. Формат 60 × 84 <sup>1</sup>/<sub>16</sub>. Бумага ксероксная.  
Отпечатано на копировально-множительной технике. Усл. печ. л. 13,00. Уч.-изд. л. 12,90.  
Тираж 6 экз. Заказ 613.

Учреждение образования «Барановичский государственный университет».

Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,  
распространителя печатных изданий № 1/424 от 02.09.2014.

Ул. Войкова, 21, 225404 г. Барановичи.

Тел. 8 (0163) 45 46 28, e-mail: [rio@barsu.by](mailto:rio@barsu.by).

ISBN 978-985-498-729-3

© БарГУ, 2016

**В. Г. Левкевич, Т. С. Новаш, И. А. Ножка**  
*БарГУ, Барановичи*

## **МУЗЫКОТЕРАПИЯ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ ДОШКОЛЬНИКОВ**

**Введение.** В современном мире наметилась устойчивая тенденция к ухудшению здоровья детского населения. Здоровье дошкольников в контексте здоровьесбережения представляет собой актуальную социальную проблему. Современная педагогика ищет новые парадигмы воспитания, и одна из них, на наш взгляд, — компиляция физического и эстетического воспитания подрастающего поколения.

В работах В. М. Бехтерева, И. М. Догеля, И. Р. Тарханова, Джеймс Л. Корнинг и других исследователей представлены данные о благоприятном влиянии музыки на центральную нервную систему, дыхание, кровообращение. Ещё в Древнем мире выделяли три направления влияния музыки на человека: на его духовную сущность, интеллект и на физическое тело.

**Основная часть.** В современном мире музыкотерапия развивается как интегративная дисциплина на стыке нейрофизиологии, психологии, рефлексологии, музыкальной психологии, музыковедения и др. Также она всё более утверждается в статусе универсальной воспитательной системы, способной оптимизировать процесс личностного развития ребёнка в сложных условиях современной общественной жизни.

Музыкотерапия используется в основном в традиционной рецептивной форме. Примером могут служить исследования Р. Блаво, Дж. Голдмена, С. С. Недерицы и др. Но активные формы музыкальной и психотерапии более эффективны, исследования Г. Декер-Фойгта, О. С. Дьюхерст-Мэддок, А. Монгетти, П. Нордоффа, А. И. Попова, С. В. Шушарджана и других доказывают это фактически [1]. Однако, по словам кандидата медицинских наук А. Бизункова, в Беларуси, стране, столь богатой музыкальными традициями, практически полностью отсутствует музыкальная терапия и как научное направление, и как практическая деятельность. Остаётся недостаточно исследованным направлением воздействие музыки в комплексе с двигательными действиями на психофизическое состояние дошкольников [2].

Целью исследования, проведённого в дошкольном образовательном учреждении «Детский ясли-сад № 14 г. Барановичи» в период с сентября 2015-го по май 2016 года, являлось обоснование педагогических условий сохранения и укрепления здоровья дошкольников посредством музыкотерапии. Гипотеза состояла в том, что применение музыки в процессе занятий физическими упражнениями может стать одним из условий формирования здорового образа жизни.

В деятельности дошкольников 4—6 лет на физкультурных занятиях и вне их были включены элементы музыкальной терапии, которые реализовывались по двум направлениям: 1) дошкольник выполняет двигательные действия под музыкальные произведения — воспроизводящая деятельность; 2) ребёнок творит в музыке, танцует, импровизирует — творческая деятельность.

Применялись дыхательная гимнастика под музыку, ритмическая гимнастика, танцевальные упражнения и импровизации, двигательные упражнения, бесконтактный и контактный массаж, релаксационные упражнения с музыкальным сопровождением.

В результате включения данных средств музыкотерапии в процессе занятий физическими упражнениями совершенствовалась эмоциональная сфера дошкольников (отмечено улучшение настроения детей, самочувствия); улучшалось функциональное состояние организма детей (например, показатель частоты дыхания); совершенствовалась двигательная сфера (увеличился арсенал двигательных умений).

**Заключение.** Данное исследование требует дальнейшей детализации. На наш взгляд, музыкотерапия может выступать как воспитательный компонент педагогической системы, направленный на создание положительного эмоционального фона (снятие фактора тревожности); стимуляцию двигательных функций детей; развитие и коррекцию двигательных процессов. Уровень физического состояния детей будет выше, если в дошкольных учреждениях традиционные формы, методы и средства обучения и воспитания будут сочетаться с музыкотерапией.

#### Список цитируемых источников

1. Ворожцова О. А. Музыка и игра в детской психотерапии. М., 2004.
2. Петрушин В. И. Музыкальная психотерапия: Теория и практика : учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений. М. : ВЛАДОС, 2000. 176 с.

Материал поступил в редакцию 12.04.2016