

**THE LEADING THEORETICAL APPROACHES TO THE STUDYING OF FAMILY IN THE
CONTEXT OF FAMILY PEDAGOGIC**

The article is concerned with the different methodological approaches of studying of family, their role and transformations in the context of modern pedagogic science. The interconnection between the "family" and "marriage" terms is analyzed; family designing as a system that consists of "spouses – paternity – family" subsystems. The special attention is focused on methodology of symbolic interactionism that considers the family as a small social group. The psycho-pedagogical model of elementary family according to some characteristics is revealed; the standards of family behavior, fixed norms and approvals in the marriage and family relations sphere are showed.

Key words: family, social institute, family sociology, marriage, symbolic interactionism, conflict.

УДК [347.78:159.942.5]:37:78

Богдан Є.В.

**ОСОБЛИВОСТІ ПІДГОТОВКИ УЧНІВ МУЗИЧНИХ ШКІЛ
ДО КОНЦЕРТНИХ ВИСТУПІВ**

У статті розглядаються питання, що пов'язані зі сценічним хвилюванням музикантів, аналізуються наукові підходи стосовно цієї проблеми. Запропонована методика освітньо-виховної роботи по підготовці учнів музичних шкіл до концертних виступів.

Ключові слова: сценічне хвилювання, мотиваційний стан, вольова регуляція, концентрація уваги.

Концертний виступ – це один з найважливіших елементів навчання музичному мистецтву, який пов'язаний з умінням реалізувати свої творчі наміри на публіці. На етапі навчання в музичній школі закладаються основи майбутньої професійної діяльності. Вчитель зі спеціальності має володіти теоретичними знаннями та навичками підготовки учнів до концерту, вміти залучити їх до концертного життя так, щоб це приносило радість, а не страждання.

Як доводять сучасні дослідження, ситуація публічного виступу може бути травмуючою для психіки як дорослої людини, так і дитини. Відомо, що в результаті пережитого невдалого досвіду на сцені відомі музиканти та актори довгий час не могли побороти в собі страх сцени, серед них: П.Чайковський, К.Станіславський, П.Казальс та ін. Не є секретом, що внутрішні перепони, що виникли в результаті сильного негативного враження під час публічного виступу, стали причиною зміни професії для багатьох талановитих людей.

Кожен музикант на певному етапі свого шляху зіштовхується з проблемою сценічного хвилювання. Володіючи спеціальними знаннями та навичками саморегуляції, артист може повернути цю силу на користь виконанню, в цьому разі хвилювання переросте у натхнення.

Психолого-педагогічні аспекти підготовки учнів до концертних виступів висвітлюються в працях російських музикантів-педагогів Л.Баренбойма, Л.Когана, Г.Нейгауза, С.Савшинського та ін., а також зарубіжних – К. Мартінсена, Г. Клікштайна, Дж. Горрі та ін. Особливо серйозна зацікавленість цією темою виникла в галузі музичної психології. Теоретичні концепції дослідження стану сценічного хвилювання розробляли Л. Бочкар'єв, А. Готсдинер, В. Петрушин, Г. Ципін, І. Тарр, Х. Мюллер та ін. Про сценічне самопочуття та методи роботи над собою для його оптимізації писав видатний актор, режисер та педагог К. Станіславський.

Вивчення сучасної музично-педагогічної літератури та праць з музичної психології показує, що в педагогічній теорії розглядаються різні аспекти підготовки до концертних виступів. Майже кожен дослідник пропонує власну теоретико-методичну концепцію: Л.Бочкарьов розглядає проблему "естрадного хвилювання" крізь призму "музично-виконавської обдарованості", важливим компонентом якої визначає "експресивно-комунікативні здібності" музиканта [1, с.285]; В. Петрушин, продовжуючи цю лінію, розробляє концепцію формування "оптимального концертного стану" шляхом спеціальних вправ [8, с.293], О. Кондаш будує свою теорію ґрунтуючись на наукових підходах до вивчення тривожності та емоційних станів [3, с.32]; Ю. Литвиненко створює свою систему на основі теорії стресових станів [5, с.12]; зарубіжні автори Г. Клікштайн, Х. Мюллер відштовхуються від емоційної природи сценічного хвилювання, джерелом якого виступає емоція страху[11, с.1],[12, с.135]. Вклад кожного з перелічених авторів неможливо переоцінити, тому результати їх роботи необхідно популяризувати та впроваджувати в практику.

Існування різних за своєю суттю теоретичних концепцій та підходів до розуміння проблеми підготовки учнів до публічних виступів штовхає нас на пошук узагальнюючої теоретичної системи. З власного досвіду виступів на сцені та практики підготовки учнів до концертів нами та нашими колегами ми дійшли висновку, що публічний виступ в своїй основі є вольовим актом. Тоді корінь проблеми сценічного хвилювання слід шукати в мотиваційній сфері особистості. Модель освітньо-виховної роботи, на нашу думку, має відповідати теорії формування вольової та мотиваційної сфер музиканта. Про необхідність подальших досліджень цих аспектів сценічного хвилювання неодноразово зауважували такі дослідники як О. Кондаш, Г. Ципін, Ю. Литвиненко та ін.

Метою статті є побудова теоретичної концепції підготовки учнів до концерту. Ми спробуємо розглянувши взаємозв'язки між мотиваційною, вольовою сферами особистості та ситуацією стресу, визначити з цих позицій поняття "сценічне хвилювання"; охарактеризувати динаміку психічних станів, що переживає суб'єкт перед-, під час-, та після концертного виступу; розробити методичні поради щодо підготовки учнів музичних шкіл до концертних виступів.

Для того, щоб зрозуміти особливості підготовки учнів до концертних виступів розглянемо природу самого явища сценічного хвилювання.

За визначенням дослідниці Ю.Литвиненко сценічне хвилювання – це природна реакція на сам факт виступу музиканта-виконавця перед слухацькою аудиторією (екзаменаційною або конкурсною комісією, публікою тощо). Афективний психічний стан, що виникає від одного лише передчуття складності появи перед слухачами, різко посилюється з наближенням цієї відповідальної ситуації. Слід урахувувати, що в той же час сценічне хвилювання може мати – в різних співвідношеннях та пропорціях – як негативні, так і позитивні моменти [5, с.5].

Існують різні підходи до визначення та дослідження явища сценічного хвилювання. За основу беруться: емоційна природа цього стану (К. Ізард, О. Кондаш та ін.), ситуативний характер (Х. Мюлер, Білан та ін.), значення мотивації досягнення (О. Кондаш, Г. Ципін, Ю. Литвиненко та ін.), потреба у вольовій регуляції емоцій та поведінки (В. Петрушин, Г. Клікштайн та ін.). Більшість дослідників психологічних аспектів концертного виступу сходяться в одному: сценічне хвилювання в певних випадках може переживатися людиною як негативне явище (тоді воно переростає у паніку або апатію) або, навпаки, як позитивне (тоді воно надихає, дає сили донести до публіки творчий задум).

Проблеми музично-виконавського мистецтва протягом багатьох років є предметом пильної уваги Г. Ципіна. В своїх роботах дослідник вказує, що на самопочуття виконавця сильно впливають такі фактори, як жорстка установка на успіх, гіпервідповідальність та надзвичайна самокритичність, при високих затратах нервово-психічних зусиль. Ситуація виступу набуває в очах музиканта статусу понадзначимості, та викликає сильне занепокоєння та нервові збудження [5, с.35].

Сказане вище дозволяє нам зробити спробу розглянути сценічне хвилювання як різновид мотиваційного стану, де мотив досягнення успіху входить у конфлікт з мотивом уникнення невдачі.

Поняття "мотиваційний стан" увів німецький дослідник Х.Хекхаузен. Розділяючи проблематику мотивації та волі, видатний експериментатор ініціював новий підхід до вивчення проблеми інтеграції змістовного та динамічного аспектів поведінки. Концепція отримала назву "Модель Рубікона", де будь-який вчинок описується двома фазами. Перша – це мотиваційний стан, що створює тенденцію до діяльності, та підпорядковується лінії: потреба-мотив-перспективи-цінність-намір. Друга фаза – це вольовий стан, в процесі якого відбувається реалізація наміру по принципу: ініціювання дії-стійкість дії-долання перешкод по ходу виконання дії [10, с.304]. Під час концерту музикант, так чи інакше, буде діяти на рівні вольового стану. Ініціювання, витримка та характер внутрішніх перешкод вирішуються на рівні мотиваційного стану. Чи зможе учень взагалі вийти на сцену? Наскільки він зможе на ній "розкритися"? Чи буде результат виступу задовольняти самого учня? Створення сприятливого мотиваційного стану – це та глобальна психолого-педагогічна робота, що може знизити ризик негативних проявів сценічного хвилювання та покращити самопочуття музиканта під час виступу.

Визначаючи поняття "сценічне хвилювання" в рамках "Моделі Рубікона", ми маємо враховувати ситуативний характер його виникнення. Тому виникає необхідність додати ще один фактор – стресу, який неминуче призведе до появи третьої фази: нервового виснаження після стану вольової мобілізації.

Сценічне хвилювання – це психічний стан, що виникає при спробі людини встановити контроль над слухачькою увагою. На переживання цього стану впливають: психологічні та фізіологічні особливості організму людини, її мотиваційний стан, рівень володіння музичним матеріалом та навички вольової саморегуляції. Сценічне хвилювання має ситуативний характер і притаманний тим видам мистецтва, які розгортаються в часі: музиці, театру, хореографії. Залежно від наближення суб'єкта до ситуації розрізняють: передконцертний стан, концертний стан, післяконцертний стан.

Передконцертний стан – це психічний стан, який характеризується синдромом напруження та страху, що виникає внаслідок передчуття суб'єктом негативних наслідків своєї діяльності під час концертного виступу та посилюється по мірі наближення до цієї ситуації. Передконцертний стан настає в момент прийняття рішення брати участь у концерті та оголошення дати виступу, і триває до моменту виходу на сцену. Джерелом напруження є внутрішній конфлікт, який пов'язаний з мотиваційною сферою.

Хвилювання, яке переживає виконавець напередодні виступу, може мати різні прояви та впливає на процес підготовки. Більшість музикантів відмічають, що виникає страх забути текст та занепокоєння виконанням складних епізодів музичного твору. Дослідник О.Кондаш пише: "В житті не обходиться без невдач, тобто трапляються й успіхи і невдачі (при перевазі успіхів). Страх ... живиться прагненням досягнути успіху чи уникнути невдачі, що ускладнюється очікуваннями суб'єкта залежно від його попереднього досвіду" [3, с.39].

Автор книги "Сценічне хвилювання" американський дослідник Г.Клікштайн пише, що передконцертний стан характеризується рядом неспецифічних поведінкових та емоційних реакцій. Він наводить приклади виконавців, які напередодні виступу не можуть заставити себе займатись, деякі з них створюють ілюзію зайнятості, хоча до основної роботи, по підготовці до концерту, вони приступити не можуть. Інші, навпаки, працюють як одержимі, відволікаючись лише на фізіологічні потреби, так, що доводять себе до стану виснаження. У передконцертний період може проявитись весь спектр недоліків характеру: дезорганізованість, лінь, дратівливість, зловживання їжею та токсичними речовинами, ускладнення взаємовідносин тощо. Може виникнути ряд психосоматичних розладів: головні болі, проблеми з травленням, безсоння, пригніченість, втома та ін. Головне те, що, як зауважує автор, це буде відбуватись до тих пір, доки людина не розбереться із самою суттю внутрішнього конфлікту [12, с.135].

Причини таких реакцій, на думку Г.Клікштайна, можуть бути пов'язані з індивідуальними особливостями (тривожністю, сором'язливістю, страхом перед оцінкою, негативним досвідом у минулому), поставленими завданнями (складністю репертуару, низьким рівнем технічної майстерності виконавця, несформованістю навичок глибокого освоєння музичного матеріалу, недостатньою кількістю занять), ситуацією (життєвими обставинами, взаємовідносинами, громадською думкою, значимістю події, рівнем домагань, станом здоров'я) [12, с.140].

Таким чином, ми бачимо, що в передконцертний період важливим є збереження нервово-психічної енергії для майбутнього виступу. Тому на перший план виходять такі завдання, як: вирішення внутрішнього конфлікту, постановка адекватних завдань, організація систематичних занять, тобто направлення уваги та мислення учнів на вирішення художніх та технічних завдань, та відволікання від думок про концерт взагалі, від можливих невдач або приголомшливого успіху.

Концертний стан – це психічний стан, який характеризується посиленням та мобілізацією всіх вегетативних функцій організму для реалізації творчого задуму в ситуації публічного виступу. Він пов'язаний з вольовою регуляцією та потребує від суб'єкта граничного контролю над увагою, концентрації на образному змісті та технічних деталях твору, духовного контакту зі слухачами.

А. Пуні виділяє три форми передстартових станів: бойову готовність ("оптимальний концертний стан" за В.Петрушиним), передстартову лихоманку та передстартову апатію, пояснює їх психофізіологічні механізми та описує головні ознаки, що їх характеризують. Наявність тієї чи іншої форми передстартового стану, а відповідно і їх ознак, пов'язані з певним рівнем емоційної напруги.

Стан бойової готовності позитивно впливає на діяльність під час виступу, дозволяє максимально реалізувати свої моторні, вольові та інтелектуальні можливості.

Передстартова лихоманка заважає виконавцю вчасно мобілізувати свої ресурси в умовах виступу. Музикант часто переоцінює свої можливості та може розгубитися на сцені.

Якщо музикант напередодні виступу пережив сильне емоційне збудження воно може перейти в стан гальмування або "вигорання". Предстартова апатія не дозволить виконавцю зібратися, а його діяльність буде проходити в пониженому тонусі, він не зможе "викластися" та заволодіти увагою слухачів [1, с.286].

Проблеми виконавської діяльності в своїх працях розглядав видатний актор, режисер та педагог К. Станіславський. Завдяки інтроспективному аналізу своєї роботи на сцені та творчому підходу до вирішення проблем, майстер досягав успіхів у професійній діяльності. У результаті рефлексивних підходів до вивчення власних негативних станів, К. Станіславський розробляє систему роботи артиста над собою. Він вводить поняття "сценічне самопочуття", яке складається з зовнішнього та внутрішнього аспектів. Зовнішнє сценічне самопочуття складається з міміки, голосу, інтонації, мовлення, руху, пластики, фізичної дії, спілкування (відповідно до музичного мистецтва – це художні та технічні аспекти виконання), а внутрішнє – включає в себе розум, увагу, почуття та волю. Зовнішнє та внутрішнє самопочуття взаємообумовлені та взаємодоповнюють одне одного [9, с.286].

Техніка роботи на сцені ґрунтується на бажанні поділитися музикою. Що саме змушує виконавця витратити всі ті години на заняття? Імпульс до комунікації за допомогою музики діє настільки сильно, що закликає музикантів тренуватись протягом багатьох років, а слухачів витратити кошти та терпіти незручності, іноді далекої дороги, до концертної зали чи майданчика. Концерт представляє собою вінець туги за музичним спілкуванням. Концертний зал виступає храмом, куди люди звертаються за тим, що не можуть отримати ніде в іншому місці. Під час концерту виконавці та слухачі мають змогу пережити музичний досвід як особистий, і в той же час суспільний.

Післяконцертний стан – це захисна реакція організму, що настає після стадії мобілізації. Стан психосоматичного виснаження, який характеризується пригніченим настроєм, відчуттям вини та безпомічності, поганою концентрацією уваги, втратою апетиту,

сонливістю, апатією тощо. Післяконцертний стан триває приблизно в три рази довше, ніж передконцертний. Особливості його перебігу залежить від сили стресу, який пережив суб'єкт під час підготовки до виступу.

Рекомендації щодо психолого-педагогічної підтримки учня в цей період відповідають загальним принципам допомоги людині, що пережила стрес. У цей час необхідно плавно долучити дитину до подальшої роботи. Велике значення має обговорення з учнями результатів виступу як етапу навчання та їх музичної діяльності. Необхідно намітити наступну мету, похвалити та підбадьорити учня, надати йому позитивну емоційну підтримку. Дитина має відчувати контакт та зв'язки з педагогом, батьками та оточуючими. Корисними для відновлення сил в цей час будуть фізичні вправи та правильне харчування.

При вихованні музикантів-початківців ми зіштовхуємось з двома аспектами цієї діяльності. З одного боку, – це пошук індивідуального підходу до конкретної дитини, що є скоріше роботою педагогічної інтуїції, ніж результатом наукової парадигми. З іншого боку, нам необхідно усвідомити загальні теоретичні принципи та знайти доступні методи підготовки учнів до концертів.

Освітньо-виховна робота по підготовці учнів музичних шкіл до концертів включає такі компоненти:

– Розуміння концертного життя як норми. Для цього необхідно поступово формувати правильні установки на сценічну діяльність. Музикант грає на концерті для того, щоб познайомити публіку зі змістом музичного твору. Учень має усвідомлювати, що його завдання – принести радість слухачам від зустрічі з музикою. Необхідно пояснити, що в будь-якому разі публіка позитивно налаштована до нього. Важливо представляти себе як члена громади, для чого вноситься елемент, так званого, "приєднання": до педагога, слухачів, музичного мистецтва в цілому. Для цього ми проговорюємо фрази: "ми разом з тобою", "разом з публікою та композитором". Дитина має відчувати співпричетність та підтримку групи людей.

– Глибокий "молекулярний" розбір музичного матеріалу та усвідомлення образного змісту. Внаслідок вікових особливостей учнів музичних шкіл педагоги часто спираються в своїй роботі на моторне запам'ятовування нотного тексту. Однак, слід привчати юного музиканта грати з будь-якого місця, звертаючи увагу на цікаві співзвуччя, акорди, зміну фактури та ін., формуючи емоційний відгук на ці пункти музичних творів. Корисно вигадувати слова та фрази при побудові лінії мелодичного розвитку окремих голосів, особливо баса. Причому так, щоб один мовленевий склад припадав на групу нот, а разом вони утворювали фразу. При запам'ятовуванні можна використати метод промовляння нот пасажів. Наприклад, учню кажуть, доки йдеш додому, промовляй ці ноти про себе, як прості слова. Необхідно використовувати такі методи, що направлені на розвиток довільної уваги учнів та викликають емоції та окремі образи. На завершальному етапі розучування дитина має чітко уявляти собі образний зміст музичного твору та назвати його словом. Для того, щоб підвести учня до цього використовують: спогади, переживання, враження, а також картини, вірші, казки тощо.

– Посилення мотивації до художньої діяльності, в протилежність егоїстичним прагненням. Джерело мистецтва знаходиться вище індивідуальних потреб людини та належить суспільству. Для виховання артиста необхідно розвивати мотиваційну сферу учня, поступово та коректно зміщуючи мотиви, що направлені на задоволення его, в бік мотивів служіння мистецтву та людям, шляхом уведення додаткових посилюючих мотивів. Напередодні виступу не можна вести розмови з учнем, що включають установку на оцінку. Будь-які фрази по типу: "Ми поглянемо, чому ти навчився" заборонені. Увага повинна переноситись з его-фактора на саму діяльність. У процесі виховної роботи ми формуємо мотив досягнення, який вступає в конфлікт з мотивом уникання невдач. Важливим, при формуванні мотиву досягнення, є врахування ступеня тривожності дитини. Тривожність пов'язана з вродженими особливостями, стилем виховання, чутливістю, емоційністю, здоров'ям. Нерідко, як зазначає німецький педагог К.Мартінсен, саме такі діти виявляються

здібними до глибокого та проникливого виконання музичних творів. Тривожні діти потребують загального укріплення організму, спеціальної уваги при роботі з їх мотивацією та вольовою сферою.

– Формування здатності учнів до вольових зусиль та вольової регуляції поведінки. У музичній діяльності воля реалізується в систематичній цілеспрямованій роботі в період розучування музичних творів та здатності мобілізувати свої сили під час виступу. Як доводить практика, внаслідок неусвідомлення учнем етапів роботи над музичним твором, не розвивається в достатній мірі здатність до складних вольових дій. Після закінчення музичної школи більшість учнів не в змозі самостійно вивчити новий музичний твір. За виразом І.Сеченова: "Воля – це діяльністьна сторона розуму". Обговорюючи з дитиною принципи роботи над музичним твором, ми вчимо її планувати свою діяльність та самостійно бачити всі сходинки на шляху удосконалення власної майстерності. Під час розбору музичного тексту педагог розділяє весь об'єм роботи на складові: чим менші – тим ліпше. Навчаючи доводити справу до кінця на рівні виконання однієї фрази, ми формуємо здатність учнів до простих вольових дій. Деякі педагоги рекомендують уже на цьому етапі вчити дитину мобілізувати свої сили для виступу. Вони радять наприкінці уроку виконувати вивчений фрагмент, навіть якщо це 2 такти, уявляючи себе в умовах публічного виступу. Працюючи над оволодінням технічними та художніми аспектами музичних творів, ми формуємо здатність дитини до вольових зусиль. Згідно положенню, яке сформулював та експериментально довів Д.Леонт'єв: зусилля, що прикладається для виконання завдання, має бути в рази більшим, ніж того потребує саме завдання. Справа в тому, що під час реалізації вольової дії на рівні психічних та фізіологічних функцій організму відбувається зворотній процес. Наприклад, необхідно зробити стрибок з парашутом. Однак, як тільки він дасть собі команду "до краю вперед", весь його організм перелаштується для руху "від краю назад". Такого роду процеси відбуваються під час виконання складного пасажу, гри в швидкому темпі тощо. В концертній практиці це може проявитися в раптовому захворюванні напередодні виступу, або ж уникненні репетицій. Напрактиці педагоги користуються двома шляхами: починаємо примушувати учня, користуючись усім потенціалом емоції страху, або ж намагаємось зробити так, щоб він дійсно сам зацікавився твором та захотів його виконати на публіці. При підготовці учня до концерту важливо враховувати характер суб'єктивних (страх, самокритика, недостатньо сформований мотив досягнення тощо) та об'єктивних (технічні складнощі, правильно підібраний репертуар тощо) перешкод.

– Тренування здатності до концентрації уваги в умовах виступу. При підготовці до концерту корисними будуть вправи на концентрацію уваги. Для цього учневі пропонують виконувати музичний твір у змінених умовах та різним рівнем заважаючих факторів. Можна грати при виключеному або, навпаки, посиленому світлі, міняти аудиторії, стільці, заважати виконанню словами, шуміти та ін. – головне, щоб учень вчився зосереджуватися тільки на моменті виконання. Під час хвилювання у людини підвищується пульс, тремтять кінцівки тощо, тому можна штучно створити такі умови та тренуватись грати в такому стані. Перед виступом слід обговорювати з учнем подробиці виконання музичного твору, налаштовувати його на образний зміст музики, яку він буде виконувати. Корисною в цьому сенсі буде уявна гра з закритими очима та зануренням в образний зміст музичного твору.

– Контроль над організаційними моментами виступу. Напередодні концерту слід вирішити питання організаційного характеру – це ноти для виконавця та концертмейстера, фонограми, підставки, шнури, пюпітри, костюми, прикрашання, провітрювання та чистота концертної зали, харчування тощо. Учитель має контролювати всі ці процеси та потроху привчати до цього своїх учнів.

Таким чином ми бачимо, що робота по підготовці учнів музичних шкіл до концертних виступів має вестись систематично на кожному уроці. Протягом навчання в початковому музичному навчальному закладі майбутні музиканти набувають першого досвіду участі у публічних заходах та отримують знання, що будуть необхідними для них на шляху до професійності. Вироблення правильного відношення, корисних звичок, розуміння єдності

процесу підготовки та презентації музичних творів буде запорукою стабільності та успішності їх виконавської діяльності.

Підготовка учнів музичних шкіл до концертних виступів має ґрунтуватись на загальних принципах теорії вольової регуляції поведінки в умовах стресових ситуацій, що включає три фази: мотиваційний стан, вольовий стан, післястресовий стан.

Сценічне хвилювання – це психічний стан, що виникає при спробі людини встановити контроль над слухацькою увагою. На переживання цього стану впливають: психологічні та фізіологічні особливості організму людини, її мотиваційний стан, рівень володіння музичним матеріалом та навички вольової саморегуляції. Сценічне хвилювання має ситуативний характер і притаманний тим видам мистецтва, які розгортаються в часі: музиці, театру, хореографії. В залежності від наближення суб'єкта до ситуації розрізняють: передконцертний стан, концертний стан, післяконцертний стан.

Освітньо-виховна робота по підготовці учнів музичних шкіл до концертів включає такі компоненти:

- Розуміння концертного життя як норми.
- Глибокий "молекулярний" розбір музичного матеріалу та усвідомлення його образного змісту.
- Посилення мотивації до художньої діяльності, на противагу егоїстичним прагненням.
- Формування здатності учнів до вольових зусиль та вольової регуляції поведінки.
- Тренування здатності до концентрації уваги в умовах виступу.
- Контроль над організаційними моментами виступу.

Подальше дослідження проблеми ми вбачаємо в необхідності глибокого вивчення питань, що пов'язані з усвідомленням образного змісту музичних творів учнями даної вікової категорії; систематичним розвитком музичної пам'яті та особливостей її роботи в умовах стресових ситуацій; формуванням виховного середовища, в якому розвиток майбутнього музиканта буде відбуватись найбільш гармонійно та ефективно.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Бочкарев Л. Л. Психология музыкальной деятельности // Л.Л.Бочкарев. – М.: Институт психологии РАН, 1997. – 352 с.
2. Коган Г. Работа пианиста. – М.: "Классика", 2004. – 203 с.
3. Кондаш О. "Хвилювання – страх перед випробуванням": пер. з словацької – К.: Радянська школа, 1981. – 169 с.
4. Корлякова С. Г. Развитие психомоторного компонента музыкально-исполнительских способностей студентов: автореф. дис. ... канд. психол. наук // С. Г. Корлякова. – М., 2001.
5. Литвиненко Ю.А. Педагогические аспекты подготовки учащегося музыканта к публичному выступлению: дис. ... канд. пед. наук // Ю.А.Литвиненко. – М., 2010. – 159 с.
6. Мартинсен К. Методика индивидуального преподавания игры на фортепиано// Л.Ройзман – М.: "Музыка", 1977. – 128 с.
7. Нейгауз Г. Воспоминания. Письма. Материалы//сост. Е.Рихтер. – М., 1992. – 415 с.
8. Петрушин В. И. Музыкальная психология // В. И. Петрушин. – М.: Академический проект, 2006. – 400 с.
9. Станиславский К.С. Моя жизнь в искусстве. – М.: АСТ, 2009. – 624 с.
10. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. – М.: Смысл, 2003, – 860 с.
11. Gorrie Jon "Performing in the zone". – San Bernerdino, CA, 2009. – 224 с.
12. Klickstein Gerald "The musician's way": a guide to practice, performance, and wellness" – Oxford University Press, 2009. – 360 с.
13. Prof. Dr. Helmut Möller. Lampenfieber und Aufführungängste sind nicht dasselbe![klassik.com]// Üben & Musizieren. – 1999 - №5 – P. 1-13. - режим доступу до журн.: <http://portraits.klassik.com/musikzeitschriften/template.cfm?AID=530&Seite=1&Start=1>
14. Irmtraud Tarr. Lampenfieber – Stark sein unter Stress.– Herder, 2009.– 180с.

Богдан Е.В.

**ОСОБЕННОСТИ ПОДГОТОВКИ УЧЕНИКОВ МУЗЫКАЛЬНЫХ ШКОЛ
К КОНЦЕРТНЫМ ВЫСТУПЛЕНИЯМ**

В статье рассматриваются вопросы связанные с сценическим волнением музыкантов, анализируются научные подходы к этой проблеме. Предложена методика учебно-воспитательной работы по подготовке учеников музыкальных школ к концертным выступлениям.

Ключевые слова: сценическое волнение, мотивационное состояние, волевая регуляция, концентрация внимания.

Bogdan Y.V.

FEATURES OF PREPARING PUPILS OF MUSIC SCHOOLS TO CONCERT PERFORMANCES

The article deals with the questions which concern the performance anxiety among musicians, the history of science views on this problem is analysed. It proposes the methodology of preparing pupils for concerts.

Key words: performance anxiety, motivational state, volitional regulation, focus of attention.

УДК 371. 78 (091)

Буракова Н.О.

**ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСАДИ ФОРМУВАННЯ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я
В УЧНІВ ЗАГАЛЬНООСВІТНЬОЇ ШКОЛИ**

У статті висвітлюється педагогічні засади формування культури здоров'я в учнів загальноосвітньої школи.

Ключові слова: шкільна гігієна, здоров'я, школярі, організм, гігієнічні рекомендації.

Соціокультурні процеси, що відбуваються в Україні, взаємопов'язані зі всесвітніми тенденціями розвитку людства. В умовах глобалізації суспільства в національній системі освіти особливої актуальності набувають питання розвитку особистості в соціокультурному контексті, формування культури здоров'я підростаючого покоління, що й обумовило вибір нашої публікації, метою якої є висвітлення педагогічних засад формування культури здоров'я школярів.

Актуальність формування культури здоров'я населення України, зокрема дітей шкільного віку, зумовлена критичним станом здоров'я школярів. Так, початкову школу з погіршеним станом здоров'я завершують близько 80% учнів. Останнім часом відзначається не лише суттєве зменшення кількості здорових дітей, а й поширення серед них шкідливих звичок, знецінення культури здоров'я. Оскільки самій людині належить провідна роль у збереженні та зміцненні здоров'я, виборі способу життя, системи цінностей, ступеня гармонізації внутрішнього світу і відносин з оточенням, стає очевидним необхідність усвідомлення нею потреби бути культурно здоровою.

Основні підходи до формування культури здоров'я дітей і молоді визначено в Національній доктрині розвитку освіти України у XXI столітті, Національній доктрині розвитку фізичної культури і спорту, Законі України "Про фізичну культуру і спорт", Наказі Президента України "Про невідкладні додаткові заходи щодо зміцнення моральності в суспільстві та утвердження здорового способу життя", Концепції загальнодержавної цільової соціальної програми "Здорова нація", Європейської стратегії ВООЗ "Здоров'я і розвиток дітей та підлітків" та інших документах, які створюють підґрунтя для взаємодії різних соціальних інститутів та регламентують правові основи педагогічної діяльності у вирішенні проблеми формування культури здоров'я підростаючого покоління.