

К.Ю. Плотников, Т.М. Тимошенко

K.Yu. Plotnikov, T.M. Tymoshenko

МАОУ Центр образования № 47 города Иркутска, г. Иркутск, Россия

Center of education (a secondary school) No 47, Irkutsk, Russia

zvukimus@mail.ru, timoshenko_tatjana@myrambler.ru

**Организация здоровьесохранного пространства в условиях
летнего детского оздоровительного лагеря: музыкальное направление
Organization of health care in terms
of space summer children's health camp: themusicaldirection**

Аннотация. Приведены примеры позитивного воздействия музыки на ребенка в контексте представления важности данного направления в условиях детского оздоровительного лагеря (как образовательной системы). В этой связи отмечены возможности музыкально-компьютерных технологий (в софте, харде мобильной техники). Сделаны выводы относительно рисков и перспектив организации музыкального направления здоровьесохранного пространства детства.

Abstract. The institute of the summer (children`s health) camps, of course, important for the implementation of health work in it (which is systematically associated with educational activities). In this area are examples of the positive effects of music on the child (teenager). There have been possibilities of software and hardware of music and computer technologies. Conclusions about the prospects and risks of the organization of the musical direction of maintaining their health in childhood space.

Ключевые слова: детский оздоровительный лагерь, здоровье, организация здоровьесохранного пространства, музыка, музыкально-компьютерные технологии.

Keywords: children`s health camp, health, organization of health space, music, music and computer technologies.

(1) Летние каникулы – особо важный период в плане организации процесса отдыха и оздоровления наших детей, что, являясь главным предназначением такого института как *детский оздоровительный лагерь* (далее

– ДОЛ), что отражено в самом названии (к примеру, обозначается как главная задача [2, с. 87]). *Значение летнего ДОЛ* определяется тем, что в нем:

- осуществляется режим круглосуточного 2–3-недельного (наиболее распространенные рамки сезона) пребывания в среде своих сверстников, а это дает взрослому ребенку (подростку) то, что ничем другим не заменить (опыт взаимодействия в быту, досуге и пр., сравнение себя с ровесниками, со старшими); добавим: подобный опыт социализации оказался в дефиците в ходе общественно-экономических катаклизмов стран постсоветского пространства;

- отдыхающие по сравнению с учебным годом получают дополнительные возможности (в рамках конкретного сезона) для раскрытия своих способностей, для выбора форм деятельности, отвечающей их интересам и потребностям, где находится место и музыке.

Признавая специфичность условий ДОЛ, рассмотрим музыкальное направление организации здоровьесохранного пространства.

(2) В реализации лечебно-оздоровительных и профилактических, спортивных и культурно-досуговых программ ДОЛ музыка способна и должна играть важнейшую *роль*, являясь соединением «различных видов досуга и оздоровления детей с формами образовательной деятельности» [2, с. 88].

Уникальность воздействия *феномена музыки* на человека (в нашем случае – на ребенка, отдыхающего в ДОЛ) объясняется механизмом музыкальной коммуникации (И.А. Корсакова), которая представляет многоуровневый процесс, куда включены телесный, эмоционально, логико-смысловой, трансцендентный и духовно-ценностный уровни, проявляющиеся в триединной (интонационной, эстетической, интенциональной) природе музыки [4, с. 26–27].

Кроме того, основываясь на положениях концепции социокультурных рисков в образовательном пространстве (структурный функционализм [5, с. 194]), можно засвидетельствовать под музыкой тот объективный социальный

факт, который оказывает доминирующее воздействие на социальных агентов, включенных в здоровьесохранное пространство ДОЛ.

(3) Отмеченная выше многоуровневость в отношении позитивного воздействия музыки на организм и личность человека позволяет выделить духовное и душевное, физическое и психическое, а также социальное здоровье.

S. Hallam в своей работе резюмирует отмеченные у разных исследователей *позитивные воздействия*, оказываемые музыкой при ее прослушивании и исполнении, в отношении физического и психического здоровья человека:

- телесные реакции (изменения уровня дофамина, серотонина, кортизола, эндорфина и окситоцина; изменения частоты сердечных сокращений, дыхания, кровяного давления, проводимости кожи, температуры кожи, мышечного напряжения и биохимических реакций), тонизирующий эффект прилива энергии (насыщение внутренних органов кислородом) и пр.;

- эмоции и настроение (в стимуляции вегетативной нервной системы) и другие психические реакции, к примеру, такие, как сокращение стресса и чувства тревоги, что ведет к уменьшению болевых ощущений, укреплению иммунной системы (значительное снижение уровня кортизола) [9, с. 99–100].

При этом S. Hallam делает предположение, а мы, основываясь на многолетних (с 1993 года по настоящее время) наблюдениях, осуществляемых на базе ДОЛ (экоцентр) «Байкал» (являющимся одним из структурных подразделений нашей школы), утверждаем, что все вышеперечисленные преимущества, отмеченные для взрослой аудитории, отличаются в разной мере и школьный возраст.

Каждая из указанных позиций явно положительного влияния музыки на здоровье детей может и должна быть конкретизирована (что выходит за рамки данной статьи). Так, к примеру, известен факт того, что первоначальные движения «как спонтанная реакция на музыку с возрастом переходит в микродвижения и микрожесты, ... [далее] свертывается и переводится во

внутренний план» [4, с. 95]. Находя отражение через эмоционально окрашенное исполнение детьми музыкального произведения в процессе пения (мимика, жестикуляция и пр.), игры на инструменте (пантомимика и т. д.), пластического интонирования (в танце, пляске и пр.), освобождение от зажимов наблюдаемо соответствующими специалистами (педагогами вокала, хормейстерами, хореографами).

(4) Особую динамику (как в отношении позитивных проявлений, так и в отношении ряда рисков) реализации потенциала музыки дают музыкально-компьютерные технологии (далее – МКТ). Их (фактическое или потенциальное) присутствие в программно-аппаратной части смартфона, ноутбука, ставшими неотъемлемой частью быта, учебы и досуга современного человека (в т. ч. – и школьника, отдыхающего в летнем оздоровительном лагере) позволяет констатировать новое место музыки в жизни этого и последующих поколений.

Мы [6, с. 55–56, 62–63] заявляем об **актуальности, перспективности** и незаменимости музыки и МКТ в осуществлении процесса оздоровления через систему общего и дополнительного образования, именно - через институт ДОЛ.

При этом нами отмечено **противоречие** между образовательными возможностями ДОЛ, музыки и МКТ (включая потребности детей и родителей в их видении образовательных продвижений своего ребенка) и уровнем фактической реализации музыкального направления организации здоровьесохранного пространства ДОЛ.

Конструктивным разрешением указанного противоречия нам видится ***организация педагогической поддержки освоения подростком МКТ в условиях ДОЛ***, что позволяет превращать риски стихийного освоения музыки и применения МКТ учащимися в преимущества, служащие личностному развитию и оздоровлению отдыхающего в лагере ребенка (подростка) [3, с. 140–141].

Отмеченные нами [3, с. 139–140] возможные негативные (наряду с явными позитивными) аспекты общения отдыхающих в ДОЛ с музыкой (особенно – с применением МКТ) в режиме значительной автономии от родителей и школьных учителей, безусловно, должны мягко корректироваться вожатыми и педагогами, работающими в конкретном лагере. При этом *возможности встретиться с той музыкой*, с которой ребенку комфортно, с одной стороны, предоставляются ему соответственно уровню развития техники, а, с другой стороны, – в соответствии с уровнем ее освоения, осуществляемого при педагогической поддержке.

Заметим, что *умеренное (!) обращение к музыке различных стилей* оказывает сугубо позитивное воздействие. Сюда же можно отнести и рок-музыку, которая при кратковременном ее прослушивании к негативным последствиям в отдельных показателях физического состояния [1, с. 59] не приводит.

(5) Отдельно следует выделить *особенности подросткового периода* как характеризующего рядом специфических проявлений физиологического (пубертатный период) и психологического плана [8]. Проживание в условиях детского оздоровительного лагеря, характерное значительной (в плане быта, организации досуга, на который возможно отвести больше времени, чем в течение учебного года) автономией от семьи, потенциальными контактами с новыми и знакомыми сверстниками и взрослыми, еще и благоприятствует *становлению самосознания, самоутверждения* подростка. Востребованной может и должна оказаться спортивно-оздоровительная деятельность (зарядка, занятия в спортивных кружках, различные соревнования и пр.), но ничто другое не сможет заменить или хотя бы сравниться, в целом, - с образовательным и оздоравливающим потенциалом музыки. *Различные виды музыкальной деятельности*, способны, а, следовательно, *должны быть задействованы*:

- как снимающая напряжение, сублимирующая различного рода напряжения и неудовлетворенности, релаксирующая и тонизирующая фоновая музыка;

- как воссоздающие наиболее комфортную привычную атмосферу ребенка (подростка), музыкальные произведения, которые отдыхающий слушает, находясь на отдыхе в ДОЛ;

- как устраняющая гиподинамию двигательная активность под танцевальную музыку дискотеки и т. п.

Подводя итоги в рамках рассмотренного вопроса, представим **выводы**:

1. Можно оценить музыку в синтезе различных ее проявлений в музыкальном искусстве (через спектр различных жанров, стилей, направлений, традиций) и музыкальном творчестве (выражаемом и через пластику танца и пляски, в театральной драматизации, в ассоциативном визуальном ряде видео, фото и пр.), признавая за ее феноменом не только образовательный потенциал, но и мощное оздоравливающее средство.

2. Принимая во внимание факт популярности в детской среде такого средства прослушивания музыки как смартфон, с одной стороны, перед педагогами стоит задача контроля соблюдения воспитанниками правил (режима) пользования наушниками; с другой стороны, администрация и музыкальный руководитель должны обеспечить трансляцию музыки достойного качества через расположенные на территории лагеря акустические колонки.

3. То, что при экспериментах по изучению влияния музыки различных стилей [2, с. 88] использовались 3-минутные фрагменты отражает подавляющую частоту наличия музыкальных композиций именно в этом временном диапазоне (2,5–3,5 минуты). Этот же факт позволяет рекомендовать как основу транслируемой, используемой в ДОЛ как фоновой, дискотечной и др. музыки произведения или отрывки из них протяженностью около 3-х минут.

4. С учетом требований Национального стандарта РФ «Услуги детям в учреждениях отдыха и оздоровления» (пп. 4.2., 4.6.3.4., 4.6.3.5.) художественный репертуар [7, с. 228] музыки, звучащей в ДОЛ, требует особого постоянного внимания при выполнении оздоравливающих мероприятий в условиях ДОЛ.

Список литературы

1. Алешина Л.И., Федосеева С.Ю. Исследование зависимости физиологических показателей сердечно-сосудистой системы подростков от воздействия музыкальных композиций разных стилей // Грани познания. 2015. №6. С. 57–60.
2. Волгунов В.А. Анализ социально-педагогических проблем жизнедеятельности детских загородных лагерей // Мир науки, культуры, образования. 2010. № 2 (21). С. 86–88.
3. Горбунова И.Б., Плотников К.Ю. Место музыки и МКТ в педагогической системе детского оздоровительного лагеря // Общество: социология, психология, педагогика. 2015. № 6. С. 138–142.
4. Корсакова И.А. Музыкальная коммуникация: генезис и историко-культурные трансформации: Дисс. ... докт. культурологии. М., 2014. 359 с.
5. Лоскутова И.М. Обоснование концепции социокультурных рисков в образовании // Преподаватель XXI век. 2014. Т. 1. № 1. С. 191–200.
6. Плотников К.Ю. Педагогический потенциал музыкально-компьютерных технологий в общем образовании // Казанский педагогический журнал. 2015. № 5 (112). Ч. 2. С. 352–357.
7. Плотников К.Ю. Художественный репертуар как источник инноваций в области музыкального образования // Инструменты и механизмы современного инновационного развития: сб. статей Междунар. научно-практ. конференции (25 марта 2016 г., г. Томск). В 3 ч. Ч. 2 / Уфа: Аэтерна, 2016. С. 227–230.
8. Савватеева В.Г., Тимошенко Т.М. Особенности здоровья подростков в современных условиях // Здоровье и образование. 2008. С. 114–117.
9. Hallam S. The Power of Music: a research synthesis of the impact of actively making music on the intellectual, social and personal development of children and young people. London, Ed. 2015. 168 pp.