

УДК 37.037

РОЛЬ ТА МІСЦЕ ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В СИСТЕМІ ВИЩОЇ МУЗИЧНОЇ ОСВІТИ

О. А. Алфьоров, О. Ю. Жорова, Є. О. Коряка

У статті розглядаються аспекти застосування прикладної фізичної культури у закладах вищої освіти творчого спрямування. Основний акцент зроблено на визначення місця і ролі фізичної культури у навчальному процесі академії музики. Визначається, що прикладна фізична культура для студентів-музикантів являє собою необхідний елемент навчального процесу, який (елемент) сприяє підвищенню професійної майстерності виконавця. Необхідність використання методів прикладної фізичної культури визначається аналізом результатів дослідження стану здоров'я студентів-музикантів, де рівень хронічних захворювань значно перевищує загальні статистичні показники. Тому профілактика цих захворювань є найголовнішим завданням прикладної фізичної культури у закладах вищої освіти творчого спрямування. Підкреслюється необхідність розробок конкретних професійно орієнтованих фізкультурних методик для студентів кожної музичної спеціалізації з урахуванням вікових особливостей та фізичних навантажень у період репетицій і концертних виступів.

Автори підкреслюють, що розвиток сфери прикладної фізичної культури у закладі вищої освіти буде залежати від багатьох факторів, головний з них – середовище освітньої культури навчального закладу. У статті зазначено, що активізація процесу формування системи прикладної фізичної культури визначається факторами: побудовою умов для створення пізнавального інтересу; формування розумового ставлення до занять фізичними вправами; використання самоконтролю у процесі самостійних занять.

Ключові слова: *прикладна фізична культура, студент-музикант, навчальний процес, профілювання процесу фізичного виховання, профілактика професійних захворювань.*

Постановка проблеми в загальному вигляді. Особливе значення для майбутніх спеціалістів, в тому числі музичних спеціалізацій, набуває формування професійної прикладної фізичної культури в процесі підготовки у закладі вищої освіти. Необхідно відзначити, що рівень

фізичної культури студентів-музикантів залишається на низькому рівні, а система фізичного виховання за своєю якістю не завжди відповідає об'єктивним потребам і навчального закладу, і студентів.

На думку більшості авторів, основною причиною низького фізичного розвитку та слабкої психофізіологічної підготовленості студентської молоді є недостатня рухова активність, відсутність мотивації до занять фізичною культурою, досвіду фізкультурної діяльності, низького рівня фізичної культури особистості (Галичаев, 2005). І як результат, високий відсоток хронічних захворювань у період закінчення закладу вищої освіти. Специфіка професійної музичної освіти своїми особливостями сприяє на формування фізичного стану особистості. Музична школа – музичний коледж – академія музики, сукупно – більше десяти років занять інструментом при прогресивному збільшенні одноманітних фізичних навантажень. Усе це без профілактики та фізкультурного коригування призводить до хронічних захворювань, які в свою чергу знижують професійну майстерність виконавця. Тому для закладу вищої освіти формування ідеології професійно-прикладної фізичної культури є найважливішим аспектом підготовки музиканта-професіонала.

Вирішення проблеми формування професійно-прикладної фізичної культури студентів музичних спеціалізацій потребує аналізу професійної діяльності і тих вимог, які вона пред'являє до фізичної підготовленості, фізичних якостей музиканта-виконавця. Необхідна розробка змісту прикладних фізкультурно-теоретичних знань, оптимальних обсягів та інтенсивності фізичних навантажень, спеціальних комплексів вправ, створення методичного забезпечення формування професійно-прикладної фізичної культури студентів музичних спеціалізацій (Михневич, 1990).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Методологічну базу при підході до розгляду цього напрямку досліджень можуть становити праці психологів та педагогів К. Д. Ушинського, П. Ф. Лесгафта, О. М. Леонтєва, Б. Г. Ананьєва, Л. С. Виготського та ін. Деякі питання професійно-прикладної фізичної культури в системі творчих спеціальностей вивчались у працях В. Г. Батуриної, М. П. Галичаєва, І. Т. Толкачової, А. Р. Хачатурова. Конкретизація професійно-прикладної фізичної культури музичного напрямку розглядалися у дослідженнях Л. Л. Бочкарьова, Г. Е. Ержемського, В. Г. Кузнецова, В. І. Петрушина, Ю. А. Цагареллі, Г. М. Ципіна, А. А. Шмід-Шкловської та ін.

Виділення раніше не вирішених частин загальної проблеми.

Дослідження цього напрямку педагогіки виявляє ряд протиріч:

– між специфікою підготовки музиканта-професіонала та роллю фізичної культури в навчальному процесі;

– між необхідністю формування професійно-прикладної фізичної культури майбутніх спеціалістів та відсутністю методичного забезпечення цього процесу;

– між можливостями фізичної культури у формуванні професійно-прикладної фізичної культури майбутніх спеціалістів та недостатнім використанням цих можливостей;

– між бажаним рівнем майстерності виконавця та його фізичними можливостями.

Вирішення названих протиріч дозволить не лише підвищити професійний рівень музиканта, але й у цілому здійснити реальні кроки з оздоровлення молоді, яка навчається.

Мета статті – актуалізація проблеми фізичного виховання в процесі підготовки музиканта-професіонала; визначення ролі та місця прикладного фізичного виховання як необхідного елемента навчального процесу в творчому закладі вищої освіти.

Завдання статті – підсумки аналізу практичних досліджень у галузі фізичної підготовленості студентів-музикантів до навчальної та професійної діяльності:

- 1) встановлення залежності фізичної підготовленості студентів, ступенем та можливостями професійного вдосконалення;
- 2) визначення основних напрямків організації прикладного фізичного виховання у творчому закладі вищої освіти.

Виклад основного матеріалу дослідження. Напрямки вивчення проблем професійно-прикладної фізичної культури студентів музичних спеціалізацій розглядається з погляду наступних базових положень:

– професійно-прикладна фізична культура є специфічною частиною фізичної культури, яка цілеспрямовано використовує засоби фізичної культури для підготовки людини до певної професійної діяльності;

– зміст професійно-прикладної фізичної культури майбутніх спеціалістів музичних спеціалізацій визначається специфікою їх професійної діяльності;

– виявлення вимог, які пред'являє професійна діяльність, до професійно-прикладної фізичної культури майбутніх спеціалістів;

– розробка змісту, форм і методів формування професійно-прикладної фізкультури та здійснення їх методичного забезпечення;

– профілювання процесу фізичного виховання та фізичної підготовки.

Визначаємо одне з ключових завдань професійно-прикладної фізкультури – профілактика професійних захворювань. Професійні

захворювання музикантів-професіоналів – явище звичайне. За даними статистики в усьому світі близько 90% музикантів-професіоналів мають професійні захворювання. Відомі імена видатних музикантів, які страждали професійними захворюваннями рук: С. Рахманінов, А. Тосканіні, С. Танєєв, Т. Нейгауз, С. Скрябін та інші. Від професійного захворювання музикантів страждав Роберт Шуман, що змусило його припинити гру на роялі й зосередитись на створенні музики (Галичаєв, 2005).

Статистику випадків прояву професійних захворювань можливо визначити ще в період навчання студентів у закладах вищої освіти. Саме в цей період чітко проявляються ознаки професійних захворювань.

Практичні дослідження цього питання підтверджують це явище. Аналіз даних, отриманих в результаті опитувань та анкетування студентів, показали, що половина учнів відчувають сильну фізичну втому в процесі концертної та репетиційної діяльності. Деталізація даних за спеціалізаціями виявляє наступну картину (усього в дослідженнях взяли участь 60 студентів). Відчувають фізичну втому на спеціалізації «Фортепіано» – 30% студентів, «Оркестрові струнні інструменти» – 50%, «Оркестрові духові та ударні інструменти» – 50%.

Молоді люди віком 17-25 років фізично слабо підготовлені до професійної діяльності. Крім того, значна частина студентів тих самих спеціалізацій (відповідно 70%, 30%, 80%) заявили про те, що відчувають фізичний дискомфорт (біль у суглобах, попереку та ін. у процесі занять з інструментом). Таким чином, у середньому 60% студентів академії музики схильні до серйозних хронічних захворювань професійного характеру, що безумовно не може не впливати на подальшу професійну діяльність.

Слід відзначити, що аналогічні показники було виявлено в процесі відповідей на питання: «чи впливає фізичний дискомфорт, який відчуває студент-виконавець, на якість професійної майстерності?» Результат збігся з попередніми цифрами (відповідно 70%, 30, 80%).

Таким чином, 60% опитаних студентів усвідомлено ставлять у залежність якість своєї професійної діяльності від фізичного стану та здоров'я. Можливо тільки припустити, що динаміка цієї залежності без потрібної системної профілактичної роботи буде тільки погіршуватись. Попередні дані за станом здоров'я студентів молодших курсів (з урахуванням коледжу) доводять, що статистичні показники стану здоров'я значно кращі. Тому можна зробити висновок про те, що стан здоров'я зі збільшенням інтенсивності занять з інструментом на старших курсах погіршується.

Специфіка навчально-музичної діяльності, багатогодинні заняття інструментом, статика фізичних навантажень протягом багатьох років

оволодіння інструментом призводять до серйозних порушень здоров'я уже в студентські роки. Іншими словами, свій вплив на студента здійснює специфіка освітнього середовища закладу вищої музичної освіти. «Як показують результати досліджень у цій галузі, 82% студентів консерваторії не мають ніяких інтересів, окрім музики; 74% студентів здійснюють свої соціальні зв'язки виключно у музичному середовищі; 89% віддають перевагу музичній класиці, а 72% студентів переконані в тому, що, навчаючись у консерваторії, вони мають засвоювати лише виконавську майстерність і не бачать сенсу у вивченні інших начальних дисциплін (Сізов, 2015). У цих факторах і проявляється специфіка освітнього та педагогічного середовища творчого закладу вищої освіти. Іншого і бути не може, оскільки це явище об'єктивне. Тому моделювання, розробка та застосування прикладної фізичної культури не є можливим без урахування специфіки закладу вищої освіти.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Таким чином, з огляду на результати аналізу практичних досліджень фізичної підготовленості студентів-музикантів до навчальної та професійної діяльності, можна зробити деякі висновки. Розвиток сфери прикладної фізичної культури в закладі вищої освіти буде залежати від багатьох факторів, основний з яких – середовище освітньої культури навчального закладу, що відображає спрямованість на використання засобів фізичного виховання у формуванні тих або інших якостей студентів, реалізоване в конкретному навчальному закладі (Ковалевський, 2016). Активізація процесу формування системи прикладної фізичної культури може визначатись за наступними напрямками: 1) створення умов для появи пізнавального інтересу, що сприяють виникненню потреби в цих знаннях; 2) вміння здійснювати оцінку вихідного фізичного виховання; 3) формування усвідомленого ставлення до систематичних занять фізичними вправами; 4) здійснення самоконтролю в процесі самостійних занять. Основна мета реалізації означених напрямів у системі фізичного виховання студентів – зробити активну самостійну рухову діяльність більш осмисленою, цілеспрямованою, найбільшою мірою відповідною індивідуальним особливостям тих, хто займається (Москаленко, 2016).

Розробка і застосування форм та методів прикладної фізичної культури у творчому закладі вищої освіти – явище необхідне. Воно охоплює не лише фактор профілактики професійних захворювань музиканта, але й орієнтована на підвищення професійної майстерності музиканта-виконавця.

Очевидно, що проблеми стану здоров'я можуть здійснювати негативний вплив і на психологічний стан виконавця: невпевненість у своїх

можливостях перед концертним виступом, занепокоєння, панічні настрої і т. д. Ці фактори, безсумнівно, впливатимуть на якість виконання музичного твору. В подальшому ця сторона загальної теми потребує спеціальних досліджень.

Література

1. Галичаев М. П. Здоровье и физическая культура музыканта : учебное пособие. Ростовская гос. консерватория (акад.) им. С. В. Рахманинова. Ростов-на-Дону: Изд-во Ростовской гос. консерватории (акад.) им. С. В. Рахманинова, 2005. 247 с.
2. Михневич О. А. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов и учащихся музыкальных заведений. Минск, 1990. 45 с.
3. Сізов В. В. Про особливості освітнього середовища вищого навчального закладу творчого спрямування. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика: збірник наукових праць* / Гол. редактор Г. П. Шевченко. Северодонецьк: вид-во СХУ ім. В. Даля, 2015. Вип. 4 (67). С. 143-149.
4. Ковалевський С. В. Відкрита освіта і фізична культура. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика: Збірник наукових праць* / Гол. редактор Г. П. Шевченко. Северодонецьк: вид-во СХУ ім. В. Даля, 2016. Вип. 6 (75). С. 90-99.
5. Москаленко Н. Організаційно-методичні аспекти сучасного уроку фізичної культури. *Спортивний вісник Придніпров'я. Науково-практичний журнал*. Дніпропетровськ : Дніпропетровський державний інститут фізичної культури і спорту, 2016. Вип. №1. С. 196-200.

References

1. Galichayev, M. P. (2005). *Zdorovie i phizicheska kultura muzykanta [Health and physical culture of the musician]: study guide*. Rostov State S. V. Rakhmaninov Conservatory. Rostov-na-Donu: Publishing House of Rostov State S. V. Rakhmaninov Conservatory (rus).
2. Mikhnevich, O. A. (1990). *Professionalno-prikladnaia phizicheskaia podgotovka studentov i uchashchikhsia muzykalnyrh zavedeniy [Professional and applied physical training of students of musical institutions]*. Minsk (rus).
3. Sizov, V. V. (2015). Pro osoblyvosti osvithnogo sere dovishcha vyshchogo navchalnogo zakladu tvorchoho spriamuvannia [About the peculiarities of the educational environment of a higher educational institution of creative direction]. *Spirituality of a Personality: Methodology, Theory and Practice: collection of research works, # 4*, 143-149 (ukr).
4. Kovalevskiy, S. V. (2016). Vidkryta osvita i phisychna kultura [Open education and physical culture]. *Spirituality of a Personality: Methodology, Theory and Practice: collection of research works, # 6*, 90-99 (ukr).
5. Moskalenko, N. (2016). Orhaizatsiino-metodychni aspekty suchasnoho uroku phisychnoi kulturny [Organizational-methodical aspects of the modern lesson of

physical culture]. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia. Naukovo-praktychnyi zhurnal*, # 1.196-200 (ukr).

РОЛЬ И МЕСТО ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В СИСТЕМЕ ВЫСШЕГО МУЗЫКАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

А. А. Алферов, О. Ю. Жорова, Е. А. Коряка

В статье рассматриваются аспекты применения прикладной физической культуры в вузе творческого направления. Основной акцент сделан на определение места и роли физической культуры в учебном процессе академии музыки. Определяется, что прикладная физическая культура для студентов-музыкантов представляет собой необходимый элемент учебного процесса, способствующий повышению профессионального мастерства исполнителя. Необходимость использования методов прикладной физической культуры определяется анализом результатов исследования состояния здоровья студентов-музыкантов, где уровень хронических заболеваний значительно превышает общие статистические показатели. Отсюда профилактика этих заболеваний является главной задачей прикладной физической культуры в вузе творческого направления. Подчеркивается необходимость разработок конкретных профессионально-ориентированных физкультурных методик для студентов каждой музыкальной специализации с учетом возрастных особенностей и физических нагрузок в период репетиций и концертных выступлений.

Авторы подчеркивают, что развитие сферы прикладной физической культуры в высшем учебном заведении будет зависеть от многих факторов, основной из них – среда образовательной культуры учебного заведения. В статье отмечено, что активизация процесса формирования системы прикладной физической культуры может определяться следующими направлениями педагогической деятельности: создание условий для формирования познавательного интереса; формирование осознанного отношения к занятиям физическими упражнениями; осуществление самоконтроля в процессе самостоятельных занятий.

Ключевые слова: *прикладная физическая культура, студент-музыкант, учебный процесс, профилирование процесса физического воспитания, профилактика профессиональных заболеваний.*

THE ROLE AND PLACE OF PRACTICAL PHYSICAL CULTURE IN THE SYSTEM OF HIGHER MUSICAL EDUCATION

O. A. Alforov, O. Yu. Zhorova, Ye. O. Koriaka

The aspects of application of practical physical culture in higher educational institution of creative field are considered. The main emphasis is made on the identification of place and role of physical culture in educational process of academy of music. The authors define that practical physical culture for students-musicians represent

necessary element of educational process, which helps to enhance professional performing art. The necessity of using methods of practical physical culture is determined by the analysis of results of research level of health of students-musicians, where the mark of chronic diseases exceeds the general statistical indicators. Thus, the prevention of these diseases is the main task of practical physical culture in higher educational establishment of creative field. The need of particular creation of professionally oriented physical techniques for students of each musical specialization taking into account age peculiarities and physical loading in the period of rehearsal and concert performances is emphasized.

The authors accentuate that development of sphere of practical physical culture will depend on many factors. Foremost, it will depend on the environment of educational culture of educational institution. The intensification of the process of formation system of practical physical culture can be determined by the following factors: the creating conditions for cognitive interest; the developing an informed attitude of physical exercises; the implementation of self-monitoring in process of independent training is noted in the article.

Key words: *Practical physical culture, student-musician, educational process, profiling of process of physical education, prevention of professional diseases.*

Алферов Олександр Анатолійович – заслужений тренер України, професор кафедри соціально-гуманітарних дисциплін Дніпропетровської академії музики ім. М. Глінки (м. Дніпро, Україна). E-mail: aalforov 75@gmail.com

Alforov Oleksandr Anatoliiovich – Honoured Coach of Ukraine, Professor of Social Humanitarian Disciplines Department M. Glinka Dnipropetrovsk Academy of Music (Dnipro, Ukraine). E-mail: aalforov 75@gmail.com

Жорова Оксана Юріївна – майстер спорту України, викладач кафедри соціально-гуманітарних дисциплін Дніпропетровської академії музики ім. М. Глінки (м. Дніпро, Україна). E-mail: oxzhorova@ukr.net

Zhorova Oksana Yuriivna – Master of Sport of Ukraine, Teacher of Social Humanitarian Disciplines Department M. Glinka Dnipropetrovsk academy of music (Dnipro, Ukraine) E-mail: oxzhorova@ukr.net

Коряка Євген Олександрович – майстер спорту України, викладач кафедри соціально-гуманітарних дисциплін Дніпропетровської академії музики ім. М. Глінки (м. Дніпро, Україна). E-mail: jeka.Koriaka@gmail.com

Koryaka Yevhenii Oleksandrovych – Master of Sport of Ukraine, Teacher of Social Humanitarian Disciplines Department M. Glinka Dnipropetrovsk Academy of Music (Dnipro, Ukraine) E-mail: jeka.Koriaka@gmail.com