

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ДЗ «ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ  
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
імені К. Д. УШИНСЬКОГО»**

**МУЗИЧНА ТА ХОРЕОГРАФІЧНА ОСВІТА  
В КОНТЕКСТІ КУЛЬТУРНОГО  
РОЗВИТКУ СУСПІЛЬСТВА**

**Матеріали і тези ІХ Міжнародної конференції  
молодих учених та студентів  
(20-21 жовтня 2023 р.)**

**1 том**

**ОДЕСА 2023**

УДК: 37+78+792.8+008-021.1

**Музична та хореографічна освіта в контексті культурного розвитку суспільства.** Матеріали і тези ІХ Міжнародної конференції молодих учених та студентів (Одеса 20-21 жовтня 2023 р.). — Т.1. — Одеса: ПНПУ імені К. Д. Ушинського, 2023. — 119 с.

Рекомендовано до друку вченою радою Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського». Протокол № 4 від 30.11. 2023 р.

Редакційна колегія:

*Мартинюк Тетяна Володимирівна*, доктор мистецтвознавства, професор, завідувач кафедри-професор кафедри мистецьких дисциплін і методик навчання Університету Григорія Сковороди в Переяславі;

*Демидова Віола Григорівна*, кандидат педагогічних наук, професор, професор кафедри сольного співу Одеської національної музичної академії імені Антоніни Нежданової.

Матеріали і тези друкуються в авторській редакції

Технічний редактор Г.О. Реброва

©Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського, 2023

**Тетяна Кукурінчук** ( Україна, м. Одеса,  
ДЗ «Південноукраїнський національний  
педагогічний університет ім. К.Д.Ушинського»)  
Науковий керівник – доктор педагогічних наук, професор  
Г.Ю.Ніколаї

## **РЕАБІЛІТАЦІЙНІ ФУНКЦІЇ ВОКАЛЬНОГО МИСТЕЦТВА ДЛЯ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ**

**Постановка проблеми.** Сьогодні в умовах повномасштабної війни зросли нервово-психічні перевантаження. Від складних умов страждають всі українці. Проте, в окрему групу ризику, яка є чутливою до адаптаційних порушень психофізіологічного функціонування, потрапили підлітки, нервова система яких є вкрай чутливою, оскільки окрім традиційних ознак нерівномірності й суперечливості формування особистості останніх, додалися ще й зовнішні загрози життєдіяльності. У зв'язку з зазначеним, батьки мають робити все можливе аби зміцнити та підтримувати психічне та фізичне здоров'я своїх дітей. Сьогодні вкрай вагомим значення набувають такі види діяльності, що знижують тривожність, підвищують рівень стресостійкості, створюють загальну позитивну атмосферу, що допомагає знизити тривогу. Для підлітків доцільно підбирати корисну й цікаву художньо-творчу діяльність, для прикладу, таку, як спів у вокально-ансамблевому колективі, оскільки вокальне мистецтво може сприяти стабілізації емоційного фону і нормалізації психосоматичного статусу, що є вкрай важливим в умовах воєнного стану.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Важливості вокального мистецтва як терапевтичного засобу, в тому числі в умовах воєнного часу присвячені праці таких науковців як Т. Жирник [2], Л. Мазур [3; 4], А. Растригіна [6] та ін. У той же час, маловивченим лишається питання реабілітаційних функцій вокального мистецтва для підлітків умовах війни, що обумовлює актуальність дослідження.

**Мета дослідження** полягає у розкритті реабілітаційних функцій вокального мистецтва для підлітків в умовах воєнного стану в Україні.

**Методи дослідження:** метод аналізу наукової літератури і логічного узагальнення зібраної інформації, дедуктивний метод розумової діяльності для формулювання висновків.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Будучи невід'ємною частиною культури, мистецтво, глибоко формує свідомість людей, а також збагачує духовність суспільства, втілюючи вроджене бажання людини до вдосконалення світу через творчість.

Саме мистецтво виступає невіддільною складовою розвитку української спільноти. Останнє завжди відгукується на політичні події в Україні, будучи каталізатором патріотично загострених мистецьких ідей. До того ж, мистецтво наповнює вільний час вихованців соціально цінним змістом, задовольняє їх потреби й інтереси. Через окреслене, розвиток цивілізації знаходиться у тісному зв'язку з покращенням технологій, запровадженням нових форм не лише у виробництві, проте й в мистецтві та освіті [1, с. 29].

На жаль, запровадження воєнного стану та військова агресія в Україні призвели до підвищення рівня нервово-психічного стресу. Як наслідок, спостерігається зростання показників посттравматичного стресового розладу, депресії, тривожних розладів та посилення негативних емоцій – від страху та паніки до агресії й безпорадності [4]. Зростає вимога застосування реабілітації як «комплексу скоординовано проведених заходів психологічного, медичного, педагогічного й соціального характеру, спрямованих на відновлення здоров'я, психологічного статусу та спроможності до виконання фізичних функцій в осіб, які втратили такі можливості через захворювання чи травми» [5, с. 29]. Отже, доречно дослідити нові підходи до зміцнення фізичного й психічного благополуччя, розвитку емоційного інтелекту у молодих людей, дітей та батьків через мистецтво, а також мотивувати останніх розвивати компетенції у сфері здоров'я, таким чином закладаючи фундамент здорового суспільства. Вважаємо, що до одного із таких підходів відноситься музична терапія, зокрема вокалотерапія. Сьогодні у низці країн музична терапія є провідною терапевтичною та освітньою методикою [3].

Одним із можливих факторів, які сприяють стабілізації емоційного фону та нормалізації психосоматичного статусу дорослих і дітей, що знаходяться в умовах воєнного часу може бути терапія засобами музичного мистецтва. Музика впливає на людину двояко:

- 1) власними звуковими вібраціями, які приводять до резонансного коливання всі клітини й тканини організму через мікроколивання, що утримують разом ДНК;
- 2) смисловою інформацією, котра міститься в кожному музичному творі і виявляється слухачем як на підставі власного асоціативного життєвого досвіду, так і за допомогою підсвідомих емоційних реакцій [4].

Володіючи надпотужним комунікаційним потенціалом та виступаючи найбільш дієвим засобом міжособистісного духовно-творчого спілкування, музичне мистецтво має необмежені можливості задля корекції психоемоційних станів людини [6, с. 12].

Вокалотерапія, що відноситься до дуже популярного корекційного підходу, ґрунтується на цілеспрямованому використанні співу в профілактиці,

лікуванні й відновленні життєздатності організму. Співоча діяльність, закладена з ранніх етапів розвитку людини, відіграє вирішальну роль у формуванні свідомості, думок, відчуттів й почуттів, так як людський мозок природним чином асимілює спів від самого народження. Заняття вокалотерапією покращують роботу дихальної системи й зміцнюють усі життєво важливі органи, покращують пам'ять, пізнання та ритмічну координацію. Методи вокалотерапії застосовуються з метою як профілактики, так і лікування фізичних й психічних розладів (зокрема, депресії, фобій, неврозів, головних болей тощо), формування навичок емоційної саморегуляції [2].

До головної мети застосування вокальної терапії відноситься формування особистості на засадах гуманізму, розвиток художньо-естетичного смаку й творчих здібностей, спеціальних виконавських компетентностей, емоційного інтелекту засобами вокальної терапії з взяттям до уваги індивідуального підходу, який забезпечує варіативний складник початкової мистецької освіти. Методи вокалотерапії варто втілювати у мистецькій школі в межах освітнього процесу на уроках ансамблевого і сольного співу, інтегрованих з іншими мистецькими дисциплінами відкритих практичних семінарах для всієї родини, в різних формах позакласної роботи [3].

Роль вокальної терапії у реабілітації підлітків під час війни є вкрай важливою. Зазначена форма терапії застосовує цілосу силу співу і вокальних вправ з метою сприяння емоційному, фізичному і психологічному благополуччю, пропонуючи терапевтичний шлях для вирішення унікальних проблем і травм, з якими стикаються підлітки. Окреслимо реабілітаційні функції вокальної терапії для підлітків у воєнний час:

- у воєнний час підлітки часто борються з рядом інтенсивних емоцій, таких як страх, гнів, горе і тривога. Завдяки вокальній терапії забезпечується безпечно й структуроване середовище з метою вираження і опрацювання цих емоцій за допомогою співу. Надаючи голос власним почуттям, останні можуть працювати над своїми емоційними проблемами і віднайти відчуття звільнення та полегшення;

- сам процес співу може бути заспокійливим. Вокальна терапія включає вокальні техніки й дихальні вправи, що допомагають підліткам зменшити рівень стресу, тривожність, а також викликати стан розслаблення. Вказане є в особливості корисним у воєнний час, коли рівень стресу надзвичайно високий;

- заняття вокальною терапією заохочують підлітків розвивати життєстійкість, а також механізми подолання стресу. Зазначене вчить їх керувати стресом, справлятися з травмами і нарощувати власну емоційну силу.

Вказані навички мають вирішальне значення для їх спроможності долати виклики воєнного часу і сприяти посттравматичному зростанню;

- участь у групових заняттях з вокальної терапії дозволяє підліткам поліпшити власні соціальні й комунікативні навички. Вказане надає останнім платформу для взаємодії з однолітками, налагодження зв'язків, до того ж, покращує їх спроможність співпрацювати і працювати в команді – вирішальний аспект реабілітації і реінтеграції в суспільство після війни;

- вокальна терапія заохочує підлітків до творчого самовираження через спів. Зазначене творче самовираження допомагає останнім набутти впевненості в собі і самоповаги, що надає їм можливість подолати психологічні наслідки війни і поновити позитивне самосприйняття;

- завдяки вокальним вправам й правильній дихальній техніці, вокальна терапія зміцнює фізичне здоров'я підлітків. Вокальна терапія зміцнює їх дихальну систему, поліпшує життєву ємність легенів, а також підтримує загальне фізичне благополуччя, що є життєво вагомим у складних умовах воєнного часу;

- заняття вокалом сприяють когнітивному розвитку підлітків. Останні поліпшують пам'ять, концентрацію уваги та когнітивні навички, сприяючи розвитку гостроти розуму, навіть серед хаосу і викликів воєнного часу;

- вокальна терапія пропонує цілісний підхід до зцілення травми й подолання симптомів посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Терапевтичні заняття та спів допомагають підліткам пережити травматичний досвід та зменшують вплив травм на їх життя [6; 7].

**Висновки і перспективи подальших досліджень.** Таким чином, вокальна терапія виступає цінним та вагомим інструментом у процесі реабілітації підлітків в умовах воєнного часу. Нею забезпечується багатогранний підхід до зцілення, що охоплює емоційне самовираження, зниження стресу, підвищення життєстійкості, поліпшення фізичного здоров'я та когнітивний розвиток, що, зрештою, сприяє їх відновленню та реінтеграції у післявоєнне суспільство. Перспективою подальших досліджень може бути розробка авторських навчальних програм із застосуванням вокалотерапії для реабілітації як підлітків і дорослих, так і військовослужбовців.

### Література

1. Дорошенко, Т. В., Солдатенко, & О. І., Силко, Є. М. (2022). Інноваційна та дослідно-експериментальна діяльність у сфері освіти і мистецтва в умовах воєнного стану. Мистецтво та освіта: новації і перспективи: матеріали III

Всеукраїнської науково-практичної конференції (з міжнародною участю) (8 грудня 2022 року, м. Чернігів), 29-32.

2. Жирник, Т. С. (2021). Формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників в процесі вокалотерапії. На Урок: освітній проект. Відтворено з <https://naurok.com.ua/formuvannya-zdorovyazberezhuvalnokompetentnosti-doshkilnikov-v-procesi-vokaloterapii-262825.html>

3. Мазур, Л. В. (2009). Використання музичної терапії у формуванні особистості учня на уроках музики. Наша школа: науково-методичний журнал, 5–6, 35–38.

4. Мазур, Л. В. (2022). Вокальна терапія у мистецькій школі в умовах війни (авторська навчальна програма). Всеосвіта: Національна освітня платформа. Відтворено з <http://vseosvita.ua/2.d5og>

5. Павлик, Н. В. (2020). Психологічний супровід військовослужбовців, спрямований на психологічну реабілітацію постстресових психічних розладів: метод. посіб. Київ.

6. Растригіна, А., Дьомін С., & Дьомін К. (2021). Вокально-хоровий спів як арт-терапевтичний засіб у професійній підготовці майбутніх педагогів-музикантів. International Scientific Conference «Un tocco di scienza e arte»: Science Bulletin, 11–22.

7. Широка, А., & Гумен, І. (2022) Творчість як спосіб розвитку життєстійкості. Відтворено з <https://health.ucu.edu.ua/news/tsilyushha-sylamystetstva-v-suspilno-orientovanomu-navchanni/>

**Аліна Полухіна**

(Україна, м. Запоріжжя,

Бердянський державний педагогічний університет)

Науковий керівник - доцент, кандидат

педагогічних наук Олена Мартиненко

## **ІНТЕГРАТИВНИЙ ПІДХІД У НАВЧАННІ ДІТЕЙ ХОРЕОГРАФІЇ**

Введення воєнного стану в Україні суттєво вплинуло на умови навчання дітей в закладах позашкільної освіти. Частина позашкільних закладів вимушено перейшла на он лайн або змішаний формат навчання. З одного боку, це дозволяє забезпечити безпечне навчання учасників освітнього процесу, а з іншого, знижує мотивацію до відвідування гуртків та, як наслідок, погіршує результативність засвоєння змісту освітньої програми або зменшення контингенту здобувачів позашкільної освіти. Актуальним стає пошук