

ВИКОРИСТАННЯ МУЗИКИ ЯК ОСНОВНОГО ЗАСОБУ ЕСТЕТИЧНОГО ВИХОВАННЯ

Видатний український педагог В.А. Сухомлинський зазначав: «Музичне виховання – виховання людини». Вчені намагались довести, що музика впливає на функціональні системи організму людини. Корисний вплив музики на функціональні системи організму визнали й лікарі. У ХХ столітті було проведено ряд досліджень, які дали змогу виявити лікувальні особливості музики.

Музика у фізичному вихованні широко застосовується. У гімнастичних залах, на спортивних майданчиках, на спортивних святах – усюди звучить музика.

Музику у спортивній практиці можна умовно поділити на загальну і спеціальну. Музичні твори, що належать до загальних, створюють у спортсменів ефект піднятого настрою, емоційного збудження, дають змогу краще виконувати будь-які вправи. Подібного ефекту можна чекати від таких творів, як марш, полька, галоп або сучасні мелодії. Дані музичні твори оптимістичні, бадьорі, з чіткою ритмікою і явною мелодією.

Особливого значення музиці надається в художній гімнастиці, черліденгу, спортивній аеробіці, фігурному катанні та багатьох інших видах спорту. У цих видах спорту музика виконує ряд спеціальних функцій:

- завдяки музиці художня гімнастика, черліденг, спортивна аеробіка, фігурне катання є основним засобом естетичного виховання. У процесі занять спортсмени мають можливість ознайомитись із музичною грамотою, з поняттями ритму й метроритму, структурою метра і такту, формами й жанрами музики. Це допомагає їм глибоко сприймати музику, розвиває в них художній смак. Музика допомагає вирішувати й інші завдання естетичного виховання, зокрема виховання почуттів краси рухів, культури поведінки;

- музика має важливе значення при навчанні рухів, особливо з метою виховання виразності й артистичності;

- музичне мистецтво має велику силу безпосередньо емоційного впливу. Під музику краще переносяться значні й психічні навантаження, підвищується працездатність, прискорюються процеси відновлення. При складанні композицій індивідуальних і групових вправ важливого значення набуває вибір музичного твору, вдало підібраної фонограми.