

synthesis of information received; methods of observation, introspection, self-esteem, which are used in a student's physical self-actualization.

The article considers some questions of physical self-actualization of students during sambo classes and briefly presents the main stages of the structure of student's self-actualization in the development of the main physical qualities of an unarmed self-defense sportsman. Based on scientific sources there have been described such fighter's physical qualities as speed, agility, endurance, strength, flexibility, and some exercises contributing to their development are given. Due attention is focused on the importance of coordination skills when performing techniques. Modernized Cossack complex exercises that promote strength, courage, agility, speed and the ability to instantly calculate the time by an unarmed self-defense sportsman and quickly act in unexpected situations are recommended, and one can find a detailed description of the exercises "Grasshopper" and "Skipjack".

In the process of the study the authors concluded that engaging in sambo, a student passes a cycle of comprehensive development and multiple testing of his will, tenacity, workability, promotes persistence in achieving goals, self-discipline, self-control of feelings and emotions. He becomes mature and courageous, ready to defend the Fatherland. He also realizes that to defeat a rival in sambo one must perfectly possess many physical qualities, which can only be achieved through constant hard and purposeful powerful self-actualization.

Physical student's self-realization promotes good health of his organs and systems, increases their functionality, development of motor skills, and improves coordination abilities.

Based on the analysis of scientific sources, the authors define sambo as one of the foreground ways of student's physical self-actualization.

Key words: *self-actualization, sambo, physical training, fighter's physical qualities, coordination skills, speed, agility, endurance, strength, flexibility.*

УДК 78.159.98

К. О. Матвійчук

Миколаївський національний університет
ім. В. О. Сухомлинського

МУЗИЧНА ПАМ'ЯТЬ ТА ШЛЯХИ ЇЇ ВДОСКОНАЛЕННЯ

Метою даної статті є аналіз поняття пам'яті та її класифікація, дослідження музичної пам'яті як її невід'ємної складової, необхідність удосконалення музичної пам'яті та її розвитку. У статті були використані такі методи, як: методи аналізу й синтезу – пам'ять умовно поділяється на складові елементи та властивості (рухова, емоційна, образна, слухова пам'ять), кожна частина досліджується як частина цілого поняття; поєднуються розчленовані та досліджені у процесі аналізу частини, встановлюється зв'язок між ними й пізнається музична пам'ять як єдине ціле. У результаті дослідження ми дійшли висновку, що правильний розподіл повторень у процесі заучування, коли робляться розумні перерви та звертається увага на активний характер повторення, також сприяє успіхові.

Ключові слова: *пам'ять, музична пам'ять, рухова пам'ять, емоційна пам'ять, образна пам'ять, слухова пам'ять, музикант, музичний слух, сприйняття, запам'ятовування.*

Постановка проблеми. За результатами теоретичних та експериментальних пошуків, які висвітлюють проблеми пам'яті, науковці прийшли до висновку щодо перспективності такої галузі, як педагогіка пам'яті. Пам'ять музиканта має певні характерні риси. Вона повинна

закріпити сенс твору в його точному художньому відтворенні. Педагогіка музичної пам'яті ставить перед науковцями актуальні проблеми, що полягають у раціоналізації запам'ятовування музики, підвищенні поліпшенні якості та продуктивності, проблеми практичної рефлексії (плануванні, застосуванні, реалізації) пам'яті.

Аналіз актуальних досліджень. Проблеми необхідності вдосконалення пам'яті досліджували Г. Нейгауз, А. Гольденвейзер, Ф. Бузоні, Л. Маккіннон, С. Савшінській та ін. Дослідження щодо музичної пам'яті можна знайти в А. Алексєєва, Е. Богородицького, В. Петрушина, Б. Теплова та ін.

Мета статті: аналіз поняття пам'яті та її класифікація, дослідження музичної пам'яті як її невід'ємної складової, необхідність удосконалення музичної пам'яті та її розвитку.

Методи дослідження. У статті були використані такі методи, як: методи аналізу й синтезу – пам'ять умовно поділяється на складові елементи за властивостями (рухова, емоційна, образна, слухова пам'ять), кожна частина досліджуються як частина цілого поняття; поєднуються розчленовані та досліджені у процесі аналізу частини, встановлюється зв'язок між ними й пізнається музична пам'ять як єдине ціле.

Виклад основного матеріалу. Пам'ять – це психічний процес, який відображає досвід людини шляхом запам'ятовування, зберігання та наступного відтворення отриманої інформації [3]. Вона є однією з необхідних умов для гармонійного психічного розвитку людини, при цьому нашарування нових даних ґрунтується на основі попереднього досвіду, отриманого та зафіксованого раніше. Пам'ять бере важливу участь у становленні ідентичної особистості, проходить усвідомлення її єдності й цілісності, при цьому людина набуває компетентності, що є необхідною для діяльності. Залежно від аналізатора, що переважає у процесі функціонування пам'яті, виділяють рухову, зорову, слухову, емоційну та інші види пам'яті.

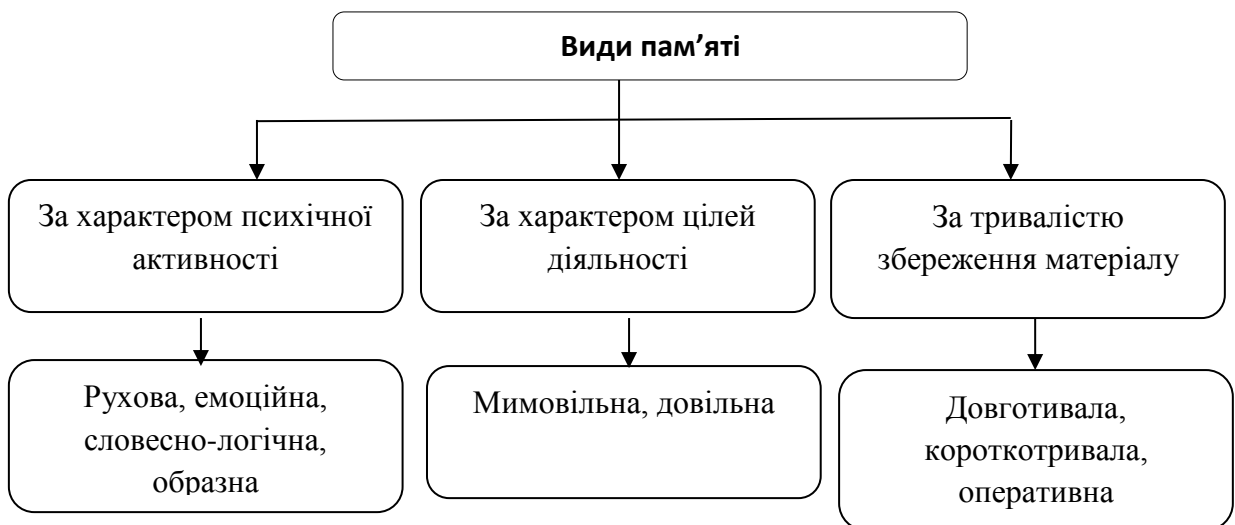


Рис. 1. Види пам'яті

Музична пам'ять – можливість запам'ятовування музичного матеріалу з його подальшим відтворенням та ідентифікацією. Проте насправді під поняттям «музична пам'ять» ми розуміємо сукупність кількох різновидів пам'яті, якими оперує будь-яка людина; при цьому досвідчений музикант використовує всі типи пам'яті.

Музична ідентифікація є необхідною щодо усвідомленої перцепції музики. Високий рівень розвитку музичного слуху є необхідною умовою музичної пам'яті. Під час відтворення музики важливим є використання рухової, зорової та словесно-логічної пам'яті. Б. Теплов виділив, що «... домінування слухових образів у музиканта зовсім не скасовує значення образів інших модальностей. Злиття різних за модальністю образів породжує синтетичний, полімодальний образ» [7].

Психолог П. Блонський вперше класифікував види пам'яті за властивостями психічної активності. Їм було виділено чотири взаємопов'язаних види пам'яті, а також визначено різницю між ними [2]. Зорові сприйняття є наслідком високорозвиненого внутрішнього слуху, при цьому відбувається осмислення нотного тексту через слухові відчуття та трансформація в зорово-слухове сприйняття. Зорове сприйняття є переважаючим у професійному сприйнятті музиканта. Зорова пам'ять безпосередньо пов'язана з уявою та сприяє відносному полегшенню запам'ятовування, збереження й подальшого відтворення.

Рухова (або моторна) пам'ять – це запам'ятовування, ідентифікація й відтворення різних рухів. Саме даний вид пам'яті служить основою для формування практичних навичок гри на інструменті тощо. Під час відтворення рухів не завжди повторяться їхня закономірність, однак зберігається характер.

Емоційна пам'ять – це так звана «пам'ять відчуттів». Особливість цього виду пам'яті у здатності запам'ятовувати й відтворювати пережиті почуття й відчуття. За допомогою емоцій ми регулюємо взаємини з навколишнім середовищем. Механізм емоційної пам'яті складається із сигналів, що направляють чи стримують від дій, які мали минуле негативне забарвлення. При цьому другорядні почуття можуть значно відрізнитися від первісних, міняючи силу почуттів, їхній зміст і характер. Емоційна пам'ять досить міцна й довготривала.

Образна пам'ять – це запам'ятовування, ідентифікація й відтворення образів раніше не бачених предметів і явищ на основі асоціативного мислення, пов'язане з попередньо набутим досвідом на рівні зі схожими фрагментами з інших музичних творів. Аналіз допомагає у процесі усвідомлення тонкощів твору. Під час використання образної пам'яті використовуються випадкові асоціації, що не завжди пов'язані з музикою.

Механізм пам'яті включає в себе музично-логічні та музично-емоційні компоненти, поєднуючи звукові, логічні, емоційні й кінестетичні уявлення в довільному порядку.

Слухова пам'ять – це відмінний рівень запам'ятовування з подальшим точним відтворенням музичних або мовних звуків. Серед різновидів мовної пам'яті виділяється словесно-логічна, яка являє собою синтез слова, думки й логіки.

Спеціаліст із питань музичної педагогіки Л. Маккіннон у своєму дослідженні [5] розглядає проблему пам'яті з точки зору психоаналізу, зокрема теорії З. Фрейда про свідоме й несвідоме. На думку автора, поняття «музична пам'ять» повинно аналізуватися, беручи до уваги деякий музичний досвід, а робота з удосконалення пам'яті повинна проходити як у свідомості, так і торкатися підсвідомості. «Пам'ять дотику найкраще розвивається грою із закритими очима або в темряві. Це привчає виконавця більш уважно слухати себе й контролювати відчуття кінчиків пальців [5].

Кожна особистість індивідуальна як за силою запам'ятовування, так і за якістю пам'яті – при цьому швидкість виучування не впливає на його якість. Ми можемо виділити такі властивості пам'яті:

1) обсяг – це характеристика пам'яті, яка визначає, скільки інформації може бути вилучено з неї після певного часу, який минув із моменту запам'ятовування;

2) точність пам'яті – одна з найважливіших її якостей, можливість відтворювати отриману раніше інформацію без викривлень;

3) швидкість запам'ятовування – індивідуальна особливість кожної людини, визначається кількістю повторів інформації в процесі її засвоєння. Швидкість запам'ятовування не має вирішального значення, вона має цінність тільки в поєднанні з іншими якостями пам'яті;

4) міцність запам'ятовування – проявляється в тривалості збереження заученого або повільного його забування, готовність до відтворення й у тому, як швидко й легко в потрібний момент людина може пригадати необхідні їй знання, уміння, навички;

5) уміння швидко згадати необхідне. Під цим ми розуміємо зможу швидко оперувати тією інформацією, що необхідна в конкретний момент. Ця якість залежить від систематичності знань.

За умови достатнього розвитку зазначених властивостей людина має відмінну пам'ять.

Якість пам'яті безпосередньо залежить від методів розучування та якості занять. Для досягнення необхідного результату потрібно запам'ятовувати уважно й усвідомлено. Враження фіксуються підсвідомістю довільно, але для оптимізації запам'ятовування потрібен контроль над сприйняттям музичного матеріалу. Після того, як у пам'яті сформується ясний образ, можна переходити на наступний етап –

вироблення навички. Навички – це дії, доведені до автоматизму, які набуті під час професійної діяльності [6]. Ключовою характеристикою досвіду є його якість і можливість здійснювати звичний алгоритм дій безконтрольно.

Л. Ітельсон розглядав проблему, пов'язану з удосконаленням навичок [4]. Його напрацювання можна використовувати й щодо розвитку музичних навичок. Для цього необхідно чітко уявляти майбутню мету – результат набутого досвіду в опануванні твору, проаналізувати окремі елементи дії. Наступним етапом буде поєднання розрізнених елементів і відпрацювання рухів до автоматизму, при цьому опускаючи непотрібні.

О. Алексєєв у своєму дослідженні [1] зазначив, що цілеспрямоване заучування ефективніше спонтанного. Через невміння використовувати прості природні закони запам'ятовування, людина оперує менш як 10 % своїх вроджених можливостей пам'яті. Існує три закони запам'ятовування – враження, повторення й асоціація.

Розглянемо етапи запам'ятовування. Перший етап полягає в складанні враження, орієнтуючись на зір і слух. Найміцнішим враженням є зорове. Просторові відчуття й уявлення, які виникають саме під час зорового сприйняття музики, здаються нам цілком природними.

Другим законом пам'яті є повторення. Неодноразове систематичне повторення з подальшим поступовим збільшенням об'ємів запам'ятовування значно покращує музичну пам'ять.

Третій етап – асоціативний. Для надійного запам'ятовування мелодії необхідно уявити, на що схожий даний уривок. Такі тренування сприяють у розвиткові музичного слуху, допомагають сприйняттю музики на більш якісному рівні. З часом проходить процес трансформації сприйняття нотного тексту в прийоми усвідомленого виучування за допомогою змістовних методів роботи з музичним твором.

Висновки та перспективи подальших наукових розвідок. Слуховий і моторний комплекс пам'яті є важливим компонентом музичної пам'яті. Групування за змістом і використання методу асоціації підвищує запам'ятовування й рекомендовано музикантам для поліпшення пам'яті у професійній діяльності. Вибір методів запам'ятовування залежить від індивідуальних особливостей виконавця й того виду музичної пам'яті, який потребує тренування. Ми пропонуємо використання таких універсальних етапів поліпшення запам'ятовування, як: враження, повторення, асоціація; а також неодноразове повторенням музичного твору на рівні слухових відчуттів поряд із використанням внутрішнього слуху. При вмілому систематичному підході до даної проблеми можливо значно поліпшити характеристики своєї пам'яті.

ЛІТЕРАТУРА

1. Алексєєв О. Д. Работа над музыкальным произведением с учениками школы и училища / О. Д. Алексєєв. – М., 1957.
2. Блонский П. П. Память и мышление / П. П. Блонский. – М. ; Л. : Гос. соц.-экон. изд-во, 1935. - 213, [1] с.

3. Загальна психологія : підручник для ВНЗ / Скрипченко О. В., Долинська Л. В., Київ : Либідь, 2005. – 464 с.
4. Ительсон Л. Н. Лекции по общей психологии : учебное пособие / Л. Н. Ительсон. – Минск : Харвест ; ООО «Издательство АСТ», 2000. – 896 с.
5. Маккіннон Л. Гра напам'ять / Л. Маккіннон. – Л. : изд. «Музика», 1967.
6. Павелків Р. В. Загальна психологія : підруч. для студ. вищ. навч. закл. / Р. В. Павелків. – К., 2002. – 506 с.
7. Теплов Б. М. Психологія музичних здібностей / Б. М. Теплов. – М., 1947.

РЕЗЮМЕ

Матвийчук Е. А. Музыкальная память и пути ее совершенствования.

Целью данной статьи является анализ понятия памяти и ее классификация, исследования музыкальной памяти как ее неотъемлемой составляющей, необходимость совершенствования музыкальной памяти и ее развития. В статье были использованы методы анализа и синтеза. В результате исследования мы пришли к выводу, что использование повторений в процессе заучивания, когда делаются разумные перерывы и обращается внимание на активный характер изучения, также способствует успеху.

Ключевые слова: *память, музыкальная память, двигательная память, эмоциональная память, образная память, слуховая память, музыкант, музыкальный слух, восприятие, запоминание.*

SUMMARY

Matviychuk K. Music memory and the ways of its improving.

Memory is a mental process that reflects human experience through memorizing, storage and subsequent reproduction of information received. It is one of the necessary conditions for harmonious mental development of a person, with the new data layers based on previous experience gained and recorded before. Memory takes an important part in the formation of identical personality is awareness of its unity and integrity, and the person acquires competence that is required for the activity. Depending on the analyzer, which prevails in the operation of memory, we allocated motor, visual, auditory, emotional and other types of memory.

Music identification is required on conscious perception of music. The high level of musical ear is a prerequisite musical memory. While music is an important use of motor, visual and verbal-logical memory. Visual perception is the result of highly developed inner ear, thus there is a musical interpretation of the text through the auditory sense and transformation in visual and auditory perception. Visual perception is predominant in the perception of the professional musician. Visual memory is directly related with imagination and promotes relative facilitation of memorization, storage and playback.

Emotional memory is the so-called "memory of sensations". The peculiarity of this type of memory in the ability to memorize and reproduce experienced feelings and sensations. With emotion we regulate the relationship with the environment. The mechanism of emotional memory consists of signals sent or restrained from actions that had past negative. Emotional memory is quite strong, and durable.

The image memory – memorizing, identification and playback of images of the previously unseen objects and phenomena based on associative thinking associated with early lessons learned at level with similar fragments of other music. Analysis helps in the knowledge subtleties of the work. When using shaped memory there are used random associations that are not always associated with music.

Auditory memory – remembering a great level followed by an exact reproduction of music or speech sounds. Among the varieties of language memory there are verbal and logical, which is a synthesis of speech, thought and logic. The choice of methods of memorization depends on the individual artist and the kind of musical memory that requires training.

Key words: *memory, musical memory, motor memory, emotional memory, shape memory, auditory memory, musician, musical ear, perception, memorization.*