

МАКТАБГАЧА ТАЪЛИМ ТАШКИЛОТИДА МУСИҚА ТЕРАПИЯСИНИНГ ЎРНИ

Умурзокова Мохларой Мухторжон кизи

Андижон давлат педагогика инситути

муסיкий таълим ва санъат ёналиши

1- боскич магистранти

Аннотация (ўзбекча)

Ушбу мақолада мактабгача таълим ташкилотларида муסיқа терапиясини жорий этишнинг илмий-назарий асослари, педагогик ва психофизиологик механизмлари ҳамда амалий натижалари IMRAD форматида таҳлил этилди. Литературалар таҳлили, педагогик кузатув ва контент-таҳлилдан иборат методик ёндашув асосида муסיқа терапияси болаларнинг ҳиссий-иродавий ўзини бошқаришини, нутқ ва ижтимоий мулоқот кўникмаларини қўллаб-қувватлаши, шунингдек, зўриқиш ва хавотир белгилари камайишига хизмат қилиши ҳақидаги далиллар синтез қилинди. Мақолада рақс-ҳаракат, вокализация, импровизация ва кулоқ-ешитиш машқлари каби модуллардан тузилган интегратив дастур таклиф қилинади; мониторинг индикаторлари сифатида ҳиссий регуляция, эътибор давомийлиги, кўрсатмага риоя қилиш, тенгдошлар билан ўйинга қўшилиш каби мезонлар асослантирилади. Илмий манбаларда келтирилган тор доирали даъволарга танқидий муносабат билдирилиб, маҳаллий маданий-дидактик муҳитдаги амалиётга мослашув зарурлиги кўрсатилди. Хулоса сифатида муסיқа терапияси мактабгача таълимда тарбиявий-тарғибий машғулотларни бойитувчи, инклюзив муҳитни мустаҳкамловчи ва педагог-ота-оналар ҳамкорлигини кучайтирувчи восита экани қайд этилди.

Калит сўзлар: муסיқа терапияси, мактабгача таълим, ҳиссий регуляция, ижтимоийлашув, нутқ ривож, импровизация, инклюзия, мониторинг.

Аннотация (рус.)

В статье в формате IMRAD обоснована роль музыкальной терапии в дошкольной организации образования, раскрыты её психофизиологические механизмы и педагогические эффекты. На основе анализа литературы, педагогического наблюдения и контент-анализа показано, что музыкальная терапия способствует эмоциональной саморегуляции, развитию речи и социальных навыков детей, снижению тревожности. Предложена модульная программа (движение-танец, вокализация, импровизация, слуховые упражнения) с индикаторами мониторинга прогресса. Отмечается необходимость культурно-дидактической адаптации известных подходов в

локальном контексте. Делается вывод о потенциале музыкальной терапии для инклюзии и укрепления партнёрства педагогов и родителей.

Ключевые слова: музыкальная терапия, дошкольное образование, саморегуляция, социализация, развитие речи, импровизация, инклюзия, мониторинг.

Abstract (English)

This IMRAD-structured paper examines the role of music therapy in preschool settings, detailing its pedagogical and psychophysiological mechanisms and practical outcomes. Drawing on literature review, classroom observation, and content analysis, the synthesis indicates benefits for emotional self-regulation, language and social skills, and anxiety reduction. A modular intervention (movement-dance, vocalization, improvisation, and listening training) is proposed alongside measurable indicators of progress. The paper argues for culturally responsive adaptation of established approaches to the local context and concludes that music therapy can enrich curricula, support inclusion, and strengthen educator–parent partnerships.

Keywords: music therapy, preschool education, emotional regulation, social skills, language development, improvisation, inclusion, monitoring.

Кириш

Мактабгача таълим даври — идрок, ҳиссий регуляция ва ижтимоий мулоқот тизимлари тез суратлар билан шаклланадиган сензитив босқич. Шу нуқтаи назардан мусиқа терапияси (кейинги ўринларда МТ) боланинг табиий ритм-ҳаракат ва овоз-ижройи эҳтиёжларини педагогик-тарбиявий мақсадлар билан уйғунлаштириб, таълим-тарбия жараёнида комплекс ривожланиш имкониятини яратади. Халқаро илмий манбаларда МТнинг соғлиқни сақлаш, махсус таълим ва инклюзив муҳитдаги самаралари кенг ёритилган [1–7]. Бироқ мактабгача таълим ташкилотлари (МТТ)да унинг модуллашган дастурлари, ўлчанадиган натижа кўрсаткичлари ва педагогик интеграциясига оид саволлар ҳали ҳам амалиётда мустаҳкам ечим талаб қилади.

Мазкур мақолада МТТ шароитида МТнинг ўрни, мақсад ва вазифалари, методик йўл-йўриқлари ҳамда мониторинг мезонлари илмий манбалар ва амалиётдан олинган далиллар асосида ёритилади. Шу билан бирга, айрим машҳур даъволарнинг (масалан, мусиқанинг умумий когнитив кучайтирувчи таъсири тўғрисида мутлақ ҳулосалар) эмпирик чекловлари танқидий баҳоланади [6; 8].

Материаллар ва методлар

Тадқиқот дизайни: мақола назарий-амалий кўринишдаги таҳлил ишларидан иборат бўлиб, унга йўналишни қамраб олди:

1) Литературалар таҳлили: 2000–2024 йилларда чоп этилган МТ бўйича классик ва замонавий нашрлар (монографиялар ва тафсилотли қўлланмалар) контент-таҳлил қилинди [1–7]. Асосий кодлаш тоифалари: (а) МТнинг назарий асослари; (б) мактабгача ёшдаги болалар учун қўлланма ва протоколлар; (в) натижа кўрсаткичлари ва баҳолаш.

2) Педагогик кузатув: МТТ шароитида муסיқа-ҳаракат машғулотларига интеграция қилинган 12 соатлик пилот дастур сценарийлари (1 ой давомиди, ҳафтасига 3 марта 20–25 дақиқали сессиялар) бўйича материаллар таҳлил қилинди. Бу кузатув таркибида воқеликни акс эттирувчи ҳикоялар (vignette), тарбиячи қайдномалари ва боланинг иштирок даражасини баҳолаш варақлари бор эди. Кузатув этикасига риоя этилди: болаларнинг шахсий маълумотлари ошкор этилмади.

3) Таълимий дизайн: олинган маълумотлардан келиб чиқиб, модуллашган МТ дастури ва мониторинг индикаторлари таклиф қилинди.

Методик воситалар: муסיкий импровизация, вокализация, ритмик ҳаракат ва рақс, предмет-асбоблар (шакллар: барабанча, маракас, ксилофон, қўл чалғулар), тинглаш машқлари (қизиқарли табиат овозлари, мультжанр муסיқа қисмлари), ролли ўйинлар ва гуруҳ импровизацияси. Баҳолаш индикаторлари: (1) ҳиссий регуляция (тез тинчланиш/қайта фаоллашиш қуввати); (2) диққат давомийлиги; (3) кўрсатмага риоя; (4) нутқий ифодаланиш (овозли реакциялар, сўз бирикмалари); (5) ижтимоий иштирок (тенгдошлар билан биргаликда ҳаракат/ўйин); (6) муסיкий иштирок (ритмга мос қўшилиш, импровизация).

Натижалар

1. Назарий синтез. Манбаларда МТнинг икки ўқи қайд этилади: муסיкий тажрибанинг ички жараёни (эмоционал-ижтимоий алоқалар, “терапевтик альянс”) ва ташқи структур компонентлари (жанр, ритм, темп, динамика) [1–4]. К. Бруссия МТни “инсон саломатлигини яхшилашга қаратилган муסיкий тажрибалар ва улар орқали шаклланадиган муносабатлар билан тизимли интервенция жараёни” сифатида таърифлайди [1]. Бу таъриф ўз ичига сессиянинг мақсадли дизайни, боланинг индивидуал эҳтиёжи ва терапевтик муносабатнинг марказий ўрнини олади. Муаллиф сифатида ушбу таърифнинг афзаллиги — ижтимоий-ҳиссий мулоқотни муסיкий тажриба билан узвий кўришидир; бироқ МТТ шароитида “клиник” атамани педагогик контекстга эҳтиёткорлик билан мослаштириш талаб этилади.

2. Биопсихологик механизмлар. Муаллифлар мусиқани мултимодал стимул сифатида тавсифлаб, эшитиш, моторика, аффе́кт ва ҳотира тармоқларининг биргаликда фаоллашувини таъкидлайдилар [5; 6]. С. Коэ́льш мияда мусиқанинг “аффе́ктив тармоқлар” билан боғлиқлигини ёритар экан, “музика аффе́ктив жараёнларни модуляция қилишга қодир” деган фикрни баён

қилади [5]. Бу ёндашувга қўшилган ҳолда, мактабгача ёшда таъсир механизми айниқса ҳаракат ва овоз орқали кўпроқ намоён бўлишини ҳам алоҳида таъкидлаймиз.

3. Педагогик кузатув натижалари. Пилот машғулотлар сценарийлари таҳлили қуйидаги ўзгариш тенденцияларини кўрсатди: (а) 3–4 ҳафта давомида кўрсатмага риоя қилиш ва умумий қўшилиш даражаси ортади; (б) импровизация модулларида тенгдош билан ўзаро навбатни сақлаш ва мослашиш кўникмалари кучаяди; (в) вокализация ва қўшиқга ҳамовоз бўлиш нутқий ифода ўтказгичлигини оширади; (г) ёрқин-тизгиновчи болаларда мусиқий тинглаш ва нафас-ритм машқлари орқали тинчланиш вақти қисқаради. Бу натижалар кўп марказли клиник тадқиқот эмас, бироқ улар адабиётларда қайд этилган умумий йўналишлар билан уйғун [2–4; 6; 7].

4. Модуллашган дастур таклифи. Тўрт асосий модул ишлаб чиқилди:

- Ритм-ҳаракат (10–12 дақиқа): марш, сакраш, пантомима, асбоблар билан ритм.

- Вокализация ва қўшиқ (6–8 дақиқа): боғча мавзусидаги содда қўшиқлар, ономотопея.

- Импровизация (4–6 дақиқа): “савол-жавоб” услубида қўл чалғулар, навбат ва мослашув.

- Тинглаш ва релаксация (3–5 дақиқа): темп ва динамика билан нафасни мувофиқлаштириш.

Метрик индикаторлар: иштирок балли; диққат давомийлиги; кўрсатмага риоя; ижтимоий қўшилиш; нутқий ифодаланиш; мусиқий мувофиқлашув. Ҳар бир индикатор ҳафтанинг 1- ва 4-сессияларида тўлдириладиган қисқача шкала (0–3) билан баҳоланиши тавсия этилади.

Муҳокама

МТнинг мактабгача таълимдаги ўрни, аввало, боланинг табиий мусиқий-ҳаракат имкониятларини тарбия жараёнига мақсадли ва ҳассос равишда қўшишдан иборат. Бунга оид концептуал асослар бир неча йўналишдан озиқланади. Биринчидан, Л. Бунт ва Б. Стиге МТни “an art beyond words” деб таърифлаб, мусиқанинг вербалоза мос келмаган ҳиссий ифода каналларини очиш қудратига урғу беради [2]. Бу таъкидга қўшилган ҳолда, МТТда мулоқотнинг вербал ва ноевербал турларини қўшиб бориш, яъни қўшиқ сўзларини пантомима ва ритм ҳаракатлари билан уйғунлаштириш айниқса самарали эканини амалий кузатувларимиз ҳам кўрсатди.

Иккинчидан, П. Нордофф ва К. Роббинс ижодий музика терапиясида “Music Child” тушунчасини илгари суриб, ҳар бир болада музика билан алоқадор ички куч ва ривожланиш потенциали борлигини таъкидлайди [3]. Бу ғоя илҳомбахш: тарбиячи боланинг кучли томонларини музика орқали кўриб, унга

таянади. Шу билан бирга, МТТнинг гуруҳли машғулот форматида индивидуаллаштириш даражасини сақлаш учун модуллар флексибил бўлиши шарт.

Учинчидан, А. Пател мусиқа ва тилнинг ритм, просодия ва вақт структурасидаги ўхшашликларини келтириб, междисциплинар кўприк қуриш кераклигини кўрсатади [6]. Бу ёндашувга таянган ҳолда, биз вокализация ва кўшиқ модулларини нутқий ривож индикаторлари билан боғлаб баҳолашни таклиф этамиз. Шу тарзда, мусиқий фаолият тилни “алмаштирмайди”, балки ривожга кўмаклашувчи муҳит яратади.

Тўртинчидан, С. Коэльшнинг нейробиологик талқинларида мусиқанинг аффектив тармоқлар билан чамбарчас боғлиқ экани таъкидланади [5]. Бу назариядан келиб чиқиб, болаларда нафас-ритмни мослаштириш, темп ва динамикани сезиш орқали ўзини бошқариш кўникмаларини машқ қилиш мумкин. Амалда тинглаш ва релаксация модулларида темпни аста-секин пасайтириш боланинг тинчланишини енгиллаштирди.

Бешинчидан, О. Сакс мусиқанинг инсон тажрибасидаги ўзига хос ўрнини бадий-клиник очерклар орқали ифода этади [7]. Муаллифнинг бадий ҳикоя услуби педагогик қўлланма эмас, бироқ у мусиқанинг индивидуал тажрибага таъсири ва хотира, ҳис-туйғуларни уйғотиш имкониятлари ҳақида илҳомлантирувчи тасаввур беради. МТТ учун бу — тарбиячида эмпатик, сезгир позицияни шакллантиришга хизмат қилади.

Айрим кенг тарқалган даъволарга танқидий муносабат. “Mozart effect” атамаси кенг оммалашган бўлса-да, унинг умумий когнитив ўсишни барқарор равишда таъминлашини исботловчи далиллар ихтилоfli ва контекстга боғлиқ [8]. Шунинг учун биз мусиқани умумий “кўпайтирувчи” эмас, балки режалаштирилган тарбия модуллари орқали аниқ мақсадга хизмат қилувчи интервенция деб кўриш тарафдоримиз. МТТ амалиётида мақсадли индикаторлар ва даврий мониторинг ушбу муаммонинг методологик ечимидир.

Амалиётга доир тавсиялар:

- Сессия архитектураси: “фаол — эдиқ — фаол — релаксация” шаклидаги ритм, боланинг уйғониш/тинчланиш циклларига мос келади.

- Жанр ва материаллар: маҳаллий болалар фольклори элементлари билан халқаро болалар кўшиқлари ўртасида баланс сақлансин.

- Инклюзив ёндашув: сенсор сезувчанлиги юқори бўлган болалар учун паст динамикали, оқилона темпдаги тинглаш блоклари тайёрлансин; мотор қийинчиликлар мавжуд бўлган болаларга альтернатив ҳаракат (қўл силкиш, пантомима) таклиф этилсин.

- Ота-она билан шериклик: ҳафталик “уй вазифаси” сифатида 3–5 дақиқа биргаликда қўшиқ айтиш ёки тинглаш тавсия этилиб, қайд варақчаси орқали фикр-мулоҳаза тўплансин.

- Баҳолаш: ҳар ой охирида индикаторлар бўйича қисқа ҳисобот тайёрлансин, тенденцияга қараб модуллар қайта калибровка қилинсин.

Иқтибослар ва уларга муносабат:

1) “Music therapy is a systematic process of intervention...” [1]. Муаллиф сифатида бу таърифга қўшиламан: у мусиқани мақсадли, муносабат-асосли амалиёт сифатида кўрсатади; МТТ контекстида “клиент” атамасини “тарабияланувчи”га мослаймиз.

2) “an art beyond words” [2].

Бу таъбир МТнинг вербалдан кейинги (ёки ундан олдинги) ифода каналларини очишига ишорадир; айти пайтда, МТТда сўзли қўшиқ ва вербал рефлексия билан мувозанат сақланиши лозим.

3) “Music Child” [3]. Илҳомбахш концепт; шу билан бирга, гуруҳ дарсида ҳар бир боланинг “ичкарасидаги мусиқий бола”ни эшитиш учун микро-импровизация ойналари зарур.

4) “music modulates affective processes” [5]. Нейробиологик далиллар педагогик дизайн учун асос беради; аммо биомаркерларсиз фақат кузатувларга таянишни чеклаш керак.

5) “Mozart effect” [8]. Оммавийлашган, аммо методологик жиҳатдан талашли; шу сабаб интервенция мақсадга йўналтирилган ва ўлчанадиган бўлиши шарт.

Хулоса ва тавсиялар

МТ мактабгача таълим ташкилотида боланинг ҳиссий регуляцияси, нутқий ва ижтимоий кўникмаларини ривожлантиришга йўналтирилган, мусиқа орқали муносабат ва ҳамкорликка суянган интервенциядир. Мақолада таклиф этилган модуллашган дастур (ритм-ҳаракат, вокализация, импровизация, тинглаш-релаксация) МТТ шароитида қисқа, лекин мунтазам цикллар орқали барқарор натижа беришга қодир. Мувофиқ мониторинг индикаторлари педагог ва психологга индивидуал ва гуруҳ даражасида прогрессни кузатиш имконини беради. Келгусида каттароқ намуна ва назорат гуруҳлари билан ишлаш, биопсихологик ўлчовларни қўшиш ҳамда маданий мослашув протоколларини ишлаб чиқиш муҳим вазифадир.

Чекловлар

Бу иш асосан адабиётлар синтези ва амалиётдан олинган кузатувларга таянган. Кенг кўламли рандомизацияланган тадқиқотларсиз умумлашма хулосаларга эҳтиёткорлик билан ёндашилди. Манбалардаги айрим маълумотлар нашр талқинига боғлиқ бўлиши мумкин; саҳифа (бет) кўрсаткичлари нашр

версияларига қараб фарқ қилиши эҳтимоли бор — якуний таҳрирда аниқлаш тавсия этилади.

Адабиётлар

- 1) Bruscia, Kenneth E. Defining Music Therapy. Philadelphia: Barcelona Publishers, 2014. 278 b.
- 2) Bunt, Leslie; Stige, Brynjulf. Music Therapy: An Art Beyond Words. 2nd ed. London: Routledge, 2014. 352 b.
- 3) Nordoff, Paul; Robbins, Clive. Creative Music Therapy: A Guide to Fostering Clinical Musicianship. 2nd ed. Gilsum, NH: Barcelona Publishers, 2007. 376 b.
- 4) Wigram, Tony; Pedersen, Inge Nygaard; Bonde, Lars Ole. A Comprehensive Guide to Music Therapy: Theory, Clinical Practice, Research and Training. London: Jessica Kingsley Publishers, 2002. 367 b.
- 5) Koelsch, Stefan. Brain and Music. Chichester, UK: Wiley-Blackwell, 2012. 320 b.
- 6) Patel, Aniruddh D. Music, Language, and the Brain. Oxford: Oxford University Press, 2008. 513 b.
- 7) Sacks, Oliver. Musicophilia: Tales of Music and the Brain. New York: Alfred A. Knopf, 2007. 381 b.
- 8) Campbell, Don. The Mozart Effect: Tapping the Power of Music to Heal the Body, Strengthen the Mind, and Unlock the Creative Spirit. New York: Avon Books, 1997. 336 b.