

3. Народные знания. Фольклорное народное искусство. Вып. 4 / отв. ред. Б. Н. Путилов, Г. Штробах. – М. : Наука, 1991. – 168 с.
4. Уральская В. И. Фольклорная традиция: к вопросу о понятии / В. И. Уральская // Балет. – М., 1993. – № 4. – С. 9–10.
5. Nahachewsky A. Ukrainian Dance: A Cross-Cultural Approach. – Jefferson : McFarland and Company, Inc., Publishers, 2011. – 275 p.
6. Shatulsky M. The Ukrainian Folk Dance. – Toronto, 1980. – 210 p.: ill.

УДК 784(07)

Козій О. М.

ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ ТА ФУНКЦІОНАЛЬНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ СПІВАЦЬКОГО ГОЛОСУ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ КОЛЕДЖІВ

В статье рассматриваются возрастные особенности, мутационные изменения и функциональные характеристики певческого голоса студентов педагогических колледжей.

Ключевые слова: *возрастные особенности, певческий голос, мутационный период, студенты педагогических колледжей.*

The article examines age features, mutational changes, functional characteristics of the singers' voice of students of pedagogical colleges.

Keywords: *age features, the singers' voice, mutation period, students of pedagogical colleges.*

Потреба українського суспільства в генерації учителів нового типу, кваліфікованих, мобільних спеціалістах і конкурентоспроможних фахівцях спрямовує зусилля науковців у галузі педагогіки на створення та удосконалення ефективних методик підготовки студентів педагогічних коледжів до здійснення продуктивної діяльності. Одним із оптимальних напрямів підготовки майбутніх учителів музики є формування їх образно-інтонаційних навичок у процесі вивчення диригентсько-хорових дисциплін. У процесі цієї підготовки важливо враховувати вікові фізіологічні особливості розвитку голосового апарату студентів педагогічних коледжів.

З цієї позиції слід враховувати, що до коледжу вступають абітурієнти віком 14 – 16 років і навчаються на протязі чотирьох років. Це підлітковий вік та ранньої юності. У цей вік в організмі людини (підлітковий та юнацький період розвитку 12 –18 років) відбуваються значні анатомо-фізіологічні й нервово-психічні зміни, які впливають на всю його життєдіяльність. У цей період дитина перетворюється на дорослого, внаслідок чого в голосовому апараті відбуваються дуже складні процеси – мутація. *Мутація* (від лат. mutation - зміна) — зміна голосу в період статевого дозрівання.

Зміна голосу пов'язана зі швидким ростом гортані паралельно з активним ростом всього організму. Сама суть мутації полягає в тому, що м'язи гортані розвиваються нерівномірно, порушується пропорційність зростання з голосовими зв'язками, тому у хлопчиків зривається голос, а у дівчаток змінюється тембр, сила і характер голосу, але без різких змін у гортані. Знаючи специфічні особливості формування голосу на протязі всього періоду навчання, головне завдання викладачів полягає в тому, щоб не зашкодити, а навпаки зберегти і максимально розвинути голос студента.

Проблема вокального виховання молодого покоління є предметом дослідження багатьох наук, а саме: педагогіки, фізіології, психології, фоніатрії, логопедії, нейрофізіології, акустики співацького голосу. Тему мутації висвітлювали в своїх роботах Є. Малиніна, Д. Локшина, М. Грачова, О. Маруфенко, Н. Орлова, А. Єгорова, О. Ревенкова, П. Естрова та ін.

Учення про психофізіологічні механізми формування мовних та рухових функцій досліджували: В. Багрунов, Н. Бернштейн, О. Запорожець, К. Злобін, М. Кольцова, А. Леонтьев, І. Павлов [16; 22; 86; 137; 138] та ін. Питанням вивчення сучасних наукових знань із фізіологічних механізмів голосоутворення й розвитку голосової функції дітей

присвячено дослідження Є. Алмазова, О. Апраксіної, Л. Венгрус, Д. Вільсона, В. Луканіна, В. Самаріна та ін. Вокально-фізіологічні аспекти функціонування дитячого та підліткового співацького голосу досліджували: В. Багрунов, Л. Венгрус, В. Ємельянов, І. Левідов, Д. Люш, В. Морозов, Н. Орлова та ін. Функціональні прояви мутаційних розладів голосу є об'єктами наукових праць О. Астахової, В. Багадурова, Ю. Василенко, Л. Венгрус, Т. Гаращенко, Л. Дмитрієв, В. Луканіна, О. Ревенкової, Н. Орлової, Л. Телеляєвої, Ю. Юцевича та ін.

На основі вивчення наукової та науково-методичної літератури з'ясовано, що проблему розвитку співацького голосу студентів педагогічних коледжів у мутаційний період необхідно розглядати в двох аспектах – фізіологічному та психолого-педагогічному. Проблемі вивчення фізіологічних реакцій учнів на співацьке навантаження присвячена значна кількість сучасних наукових праць таких дослідників як: Є. Алмазов, А. Борисова, В. Єрмолаєв, Н. Лебедева, Н. Орлова, М. Сергієвський, Е. Сійдре, О. Томінська та ін.. Висновки досліджень фізіологів В. Бехтерева та І. Павлова засвідчують, що спів позитивно впливає на загальний стан організму людини, викликає реакції, пов'язані зі зміною кровообігу та подиху.

Науковець А. Зиміна, вказуючи на вплив вокального навчання на організм зростаючої дитини, підкреслювала, що спів зміцнює голосовий апарат учнів, адже він є своєрідним *видом дихальної гімнастики*. Г. Стулова переконливо доводить, що «...певний співацький режим щодо голосоутворення та співацьких навантажень може або *зміцнювати*, або *руйнувати* здоров'я дитини, тому що процес співу пов'язаний з особливим способом роботи дихальної системи, а, отже, з регуляцією обмінних процесів, кровообігу, живленням мозку, м'язових тканин та ін.» [8, 18].

Даний напрям вокальної педагогіки має низку особливостей, пов'язаних зі специфікою періоду мутації, підпорядкованого фізіологічним змінам зростаючого організму.

Мутаційний період, його динаміка, протікання залежить від багатьох причин (кліматичні умови, загальний фізичний розвиток організму, фізіологічні особливості, психоневрологічної та ендокринної системи). Зміна голосового апарату відбувається в результаті збільшення резонаторних порожнин і язика та активного росту гортані. Для голосового апарату характерна диспропорція окремих частин під час росту. Яскравіше це проявляється у хлопчиків. У них голосові зв'язки дуже збільшуються в довжину, швидко і стрімко росте гортань, але повільніше ростуть резонаторні порожнини. Ці явища спричиняють диспропорцію в роботі мовленевих органів, дихання й гортані.

Зміни голосу виникають в період від 11 — 12 до 16 – 18 років. Інколи період мутації проходить ще довше. Але трапляється, що у хлопчиків мутація не настає, і голос залишається дитячим, інфантильним. Рахується нормою, коли мутація у підлітків триває від 6 – 8 місяців до 2 – 3 років. У дівчат мутація не довга, але можливе повторення у 15 – 16 років.

Мутацію можна поділити на три етапи: передмутаційний, мутаційний і післямутаційний. Зупинемося на мутаційному етапі.

Для мутаційного періоду (13 – 15 років) характерний раптовий ріст гортані. Хлопчача гортань в цей період може збільшитись на дві третини, а дівчача – на третину. Голосові зв'язки робляться товстішими, розтягуються, і голос змінюється. Хлопчачі голоси знижуються на октаву. У дівчат не відбуваються різкі зміни, але голоси у них в цей період більш насичені, яскраво проявляється тембр та збільшується діапазон.

У дівчат під час перехідного віку спостерігаються хриплість, нестійкість інтонації у звучанні голосу, тільки в менш вираженій формі, ніж у хлопців. Рідко, але бувають випадки, коли у дівчаток мутація проявляється дуже хворобливо. Спів упродовж певного часу стає неможливим. Голос дівчат не так різко змінюється, як у хлопчиків і стає сильнішим, збагачується обертонами та переходить із фальцетного в грудний. Формування жіночого голосу завершується до 17 – 20 років.

Мутацію хлопців можна умовно поділити на три періоди: початковий, основний та завершальний.

Під час початкового етапу хлопчачий голос втрачає верхні тони діапазону та знижується, але зниження залежить від індивідуальних фізіологічних особливостей голосу. Хлопці ще співають у першій та другій октаві, але внизу вже з'являються звуки малої октави. Це характерно для даної стадії.

У основний мутаційний період хлопчачий голос стає хриплим, інколи переходить з високого тону раптово на нижній і навпаки. Такий складний етап триває зазвичай 3 – 4 місяці. Хлопці стають сором'язливіші не тільки під час співу, а й при спілкуванні. Вони не знають, який звук пролунає в даний час — у теситурі чоловічого чи дитячого голосу. Інколи гострий період може проходити дуже хворобливо, навіть з втратою голосу, що супроводжується великою кількістю слизу, почервонінням гортані, порушенням функцій дихання.

По закінченню основного періоду мутації голоси хлопчиків робляться сильнішими, діапазон розширюється до октави та нони, але тембр чоловічого голосу визначити ще важко.

Післямутаційний етап (15—18 років) – найважливіший. В цей час юнаки, навчаються по-новому утворювати звуки та співати. Проте не зникає почервоніння зв'язок і гортані, залишковий слиз ще залишається та характерна малоактивна м'язова робота гортані. У дівчат явища мутації до 17 років відступають, а в юнаків частково зберігаються. Діапазон дівчачого голосу значно розширюється, голос набуває сили звуку, яскравіше проявляється тембральне забарвлення. У юнаків голос ще обмежений, невелика сила, але яскравіше проявляється тембр майбутніх тенорів та баритонів. Після певного завершення мутації зміцнювання голосу триває.'

Після мутації повільний ріст гортані не дає можливості швидко перейти з фальцетного співу на грудний, отож потрібен певний час, аби юнаки звикли до свого голосу та вміли перебудуватися на резонування низького голосу. Важко буває баритонам, що мали до мутації високий голос. У хорі юнаки відчувають теситурні труднощі тоді, коли тон дається жіночим голосом. Труднощі в голосоутворенні пояснюються інерцією голосу, котрий не відразу здатний пристосуватися до інших умов. [4, 102].

У багатьох методичних працях обговорюється питання, чи можна співати в період мутації? Спів під керуванням досвідчених педагогів не тільки тренує голосовий апарат, а також і зберігає співацький голос. Навички, котрі набуті в дитинстві, залишаються і після мутації, а тривале збереження головного легкого звучання в перехідному періоді дає можливість розвивати новий голос.

Чи збережеться у підлітка голос, якщо він буде співати в мутаційний період? Єдиної та остаточної відповіді на таке запитання не існує. Все залежить від того як протікає мутація, чи навчалася дитина співу раніше. Визнані хормейстери вважають: якщо дитина займалась співом до мутації, то і під час мутації вона може займатися співом, але помірно за силою, обмеженим діапазоном та часом. У тому разі, коли мутація хвороблива, то співати не бажано.

Дитячі та юнацькі голоси потребують обережного, дбайливого ставлення, їх потрібно оберігати від перевантаження та перевтоми. Керівники хорів та вчителі музики в яких співають діти в стані мутації, мають дотримуватись таких методичних та педагогічних принципів, які спрямовані на збереження та охорону дитячого голосу:

скоротити час співу, аби уникнути вокального перенавантаження;

обмежити діапазон. Добирати репертуар так, аби діапазон був набагато менший, ніж діапазон тих творів, які виконувалися раніше;

співати в середній теситурі, зручній, без напруження. У хлопців, які мутують, не потрібно форсувати нижні звуки, бо це може спричинити втрату верхніх звуків діапазону. Не слід співати тривалий час на крайніх звуках діапазону;

співати без напруження та в обмеженій динаміці. Категорично забороняти голосний форсований спів, який може призвести до втрати голосу та перевтоми;

не акцентувати увагу коли інтонація нестійка у тих підлітків, котрі співали раніше чисто. Інтонація відновиться, якщо діти будуть співати правильно.

Також небажано співати дівчатам у критичні дні тому, що перевтома, або напружений спів, голосова перевтома можуть призвести до незмикання голосових зв'язок і

навіть тимчасової втрати голосу. Ці порушення безслідно зникають після певного голосового спокою.

Через форсовану розмову чи довготривалу втому на зв'язках можуть утворитися вузлики. Це може стати причиною труднощів при голосоутворенні, втрати чистоти звучання. Потовщення вузликів викликає хриплість не тільки під час співу, але й під час розмови. Але спокій голосу та правильна манера співу: м'яка, вільна, легка та вокальні вправи допоможуть повернути якість голосу. На звучання форсованого співу дитячий голосовий апарат реагує миттєво і викликає втому та напруженість. Тому і особистий показ вчителя і концертні виступи та записи, які формують ставлення дітей до співу, виховують смак мають бути в хорошій вільній манері виконання без зажимів та вад. Гучний спів, крик, розмова на підвищених тонах шкодять та травмують дитячий голос, що призводить до різних захворювань голосового апарату.

У мутаційний період необхідно дбайливо ставитися до охорони співацького голосу та багаторазово виконувати методичні вокальні вправи з розвитку співацького голосу, досягати того, щоб здобуті вміння і навички мали автоматизований характер і формувалися на основі застосування знань щодо вокально-хорового мистецтва, шляхом цілеспрямованих планомірних вправлянь. Адже навички і вміння тісно взаємопов'язані.

Правильно організований співацький процес активізує діяльність голосового апарату, зміцнює голосові зв'язки, розвиває приємний тембр голосу. Правильна поза під час співу впливає на рівномірний і глибокий подих. З цього приводу Г. Стулова зазначає: «Систематичність занять співом за правильного звукоутворення та дотримання всіх гігієнічних норм зміцнює серцево-судинну систему, дихальну мускулатуру, збільшує життєву ємкість легенів дітей, підлітків, що *цілюще* впливає на їх стан здоров'я» [7, 108]. Отже, спираючись на дослідження науковців, можна стверджувати, що заняття співом у підлітковому віці має позитивний ефект для організму в цілому.

Завдання педагога-вокаліста – на основі знань усіх особливостей цього перехідного, кризового й бурхливого періоду розвитку особистості надати всебічну допомогу, створюючи сприятливе навчальне середовище для самостійного та успішного розвитку та розв'язання всіх проблем і труднощів.

Література

1. Апраксина М. О. возрастных изменениях в голосовом механизме подростков в связи с ускорением их роста и развития / М. О. Апраксина //Музыкальное воспитание в школе. – М.: Музыка, 1979. – С. 103-110.
2. Венгрус Л. А. Пение и фундамент музыкальности / Л. А. Венгрус. – Великий Новгород: Новгор. гос. ун-т им. Ярослава Мудрого, 2000. – 203 с.
3. Дмитриев Л. Б. Основы вокальной методики / Леонид Борисович Дмитриев. – М.: Музыка, 2000. – 368 с.
4. Злобин К. В. Физиология пения в профилактике заболеваний голоса певцов / К. В. Злобин. – Л.: Медгиз, 1958. – 136 с.
5. Коломоець О. М. Хорознавство: навч. посіб. / О.М. Коломієць. – К.: Либідь, 2001. – 168 с.
6. Маруфенко О. В. Особливості вокальної підготовки в системі мистецько-педагогічної освіти / О. В. Маруфенко // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – Суми, 2010. – С. 175–180.
7. Стулова Г. П. Хоровой класс. Теория и практика вокальной работы в детском хоре / Галина Павловна Стулова. – М.: Просвещение, 1988. – 126с.
8. Стулова Г. П. Дидактические основы обучения пению: Учебное пособие. / Галина Павлована Стулова. – М.: МГПИ им. В.И. Ленина, 1988. – 69 с.