

УДК 784(07)

Ольга Козій, Світлана Радченко

**ОСОБЛИВОСТІ ВОКАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ ТА РОЗВИТОК
ТВОРЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ СТУДЕНТІВ ПЕДАГОГІЧНИХ
КОЛЕДЖІВ – МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ МУЗИЧНОГО
МИСТЕЦТВА**

У статті розкривається проблема вокальної роботи зі студентами педагогічних коледжів під час мутаційного та післямутаційного періоду, підняті питання збереження та охорони юнацького голосу. Розглянуті організаційно-педагогічні та психолого-педагогічні чинники, які загрожують здоров'ю та розвитку голосового апарату студентів. Акцентується увага на використанні індивідуального підходу та розвитку творчого потенціалу студентів у вокальному навчанні та врахуванні психологічного та фізіологічного стану.

Ключові слова: вокальна підготовка, студенти педагогічного коледжу, мутація, охорона юнацького голосу.

В статье раскрывается проблема вокальной работы со студентами педагогических колледжей во время мутационного и послемутационного периода, подняты вопросы сохранения и охраны юношеского голоса. Рассмотрены организационно-педагогические и психолого-педагогические факторы, угрожающие здоровью и развитию голосового аппарата студентов. Акцентируется внимание на использовании индивидуального подхода в вокальном обучении и развитии творческого потенциала студентов, учете психологического и физиологического их состояния.

Ключевые слова: вокальная подготовка, студенты педагогического колледжа, мутація, охрана юношеского голоса.

The problem of vocal training of pedagogical college students at the time of voice mutation and post mutation is treated in this article. The issue of organizational-pedagogical and psycho-pedagogical components, which may endanger students' vocal apparatus, is brought up. Author focuses on using of an individual approach and development of vocal training of students' creative potential. Also author focuses on students' psychological and physiological condition. Adolescent pedagogy has a number of features in comparison with adults' vocal training. These features are determined on the fact that the boys' bodies are unformed and are in continuous anatomical and physiological development. During the training at the pedagogical college the accumulation of specific knowledge and skills take place. The students will need these knowledge and skills for their vocal activity.

Key words: vocal training of pedagogical college students, mutation, protection of youth voice.

Модернізація сучасної освіти і розробка педагогічної парадигми культурологічної спрямованості сприяла народженню нового бачення особистості вчителя як суб'єкта освіти, конкурентоспроможного, професійна компетентність і практична виконавська діяльність якого, мають стати еталоном для наслідування їх учнями. В цьому руслі актуалізується проблема підготовки вчителів музики в педагогічних коледжах і училищах – першого щабля підготовки спеціалістів даного профілю, зокрема такої важливої її грані як вокальної. Вокальна діяльність виступає як провідний вид національного мистецтва України та найбільш поширена і доступна для дітей і молоді враховуючи також її вплив на формування гармонійної, творчої, високоосвіченої особистості нового покоління.

У процесі вокальної підготовки студентів педагогічних коледжів важливо враховувати їх вікові особливості та особливості розвитку голосового апарату.

Значна кількість авторів (Є. Алмазов, В. Багадуров, Л. Венгрус, Н. Лебедева, Л. Телеляєва, Р. Юссон, Ю. Юцевич та ін.) відзначають, що віковою особливістю студентів у підлітковий період є нерівномірність розвитку організму, у тому числі голосового апарату.

У підлітковому періоді завершується ріст деяких органів голосового апарату, а саме: носоглотки, придаткових пазух. Гортань активно продовжує рости. Усі інші органи – вокальний м'яз, легені та бронхи – завершують свій ріст у період юнацтва. Згідно з даними досліджень В. Багрунова, Ф. Валькер, В. Єрмолаєва, Н. Лебедевої, В. Морозова, Н. Орлової, І. Потапова, в період юнацтва гортань розвивається з меншою інтенсивністю.

Отже, спираючись на дослідження П. Естрової, відзначимо відповідність становлення співацької функції та юнацтва трьом етапам формування та розвитку органів голосового апарату: звичайній, інтенсивній та вповільненій. Ці стадії розвитку в певні періоди життя у різних органах мають неоднакові прояви. Таким чином, у підлітковий період розвиток органів голосового апарату може бути: рівномірним (від інтенсивного росту – до звичайного, далі – до вповільненого); звичайним (від звичайного – до вповільненого); стрибкоподібним (від інтенсивного росту – до уповільненого, від послабленого росту – до інтенсивного). Вищевикладені дані дозволяють зробити такі висновки: голосовий апарат людини формується нерівномірно і є тендітним механізмом. Процес нормального розвитку голосу може тривати тільки за наявності повноцінної функції центральної нервової системи з координації й регулювання всіх етапів розвитку голосового апарату, здорового, слухового органа й залоз внутрішньої секреції.

Дослідженням особливостей розвитку співацького голосу дітей та юнацтва приділено достатню кількість уваги вітчизняними та зарубіжними вченими різних галузей наук: хормейстерів (В. Багадуров, Л. Венгрус, Д. Локшин, О. Малініна, Н. Орлова, Г. Стулова та ін.), фізіологів з питань анатоμο-фізіологічного розвитку дітей та підлітків (І. Левидов, Є. Алмазов

та ін.), вокальних педагогів з питань особливостей співацького розвитку дітей та юнацтва (Н. Гребенюк, О. Стахевич, О. Маруфенко, Н. Полякова та ін.), фоніатрів у вивченні мутаційного періоду (О. Алмазова, В. Ємельянов, Л. Зарицький, Ю. Степанова, Л. Телеляєва, В. Тринос, Л. Тринос та ін.). Вивченню гормонального статусу дівчаток у пубертатний період останнім часом приділяється увага фізіологами Н. Дашковою та М. Логачовим. Функціональним розладам співацького голосу підлітків у період мутації присвячено дослідження А. Аронсон, С. Єрмолаєва, Т. Гаращенко, Є. Радциг, О. Орлової, Г. Кіттель, С. Хейтмюллер та ін.

Мета статті – дослідити особливості вокальної підготовки зі співацькими голосами студентів педагогічних коледжів та розглянути питання збереження юнацького голосу

Зазначимо, що підліткова вокальна педагогіка має цілу низку *особливостей* у порівнянні з навчанням співу дорослих. Ці особливості визначаються тим, що організм юнаків остаточно несформований та перебуває в постійному анатомо-фізіологічному розвитку. Під час навчання у педагогічних коледжах здійснюється накопичення підлітками певних знань, умінь і навичок, необхідних для вокальної діяльності. Серед *організаційно-педагогічних* чинників, які загрожують здоров'ю голосу підлітків-вокалістів, ми виділяємо:

- відсутність досвіду викладача та належної методики вокального виховання;
- припинення викладачем вокальних навантажень на здорову співацьку гортань, що поступово перебудовується під впливом мутаційних змін;
- перевантаження співацького голосу учня, що перебуває в пубертатному періоді, надмірними вокальними тренуваннями;
- проведення вокальних занять з учнями, що мають нездоровий голосовий апарат (під час органічних або функціональних захворювань);
- форсаж голосу;
- перевантаження підліткового організму дихальними вправами, які можуть призводити до запаморочень, непритомності;
- перевага методів вокального впливу на юнацький голос за збереження дитячої манери звукоутворення в період мутації;
- використання репертуару, що потребує значної сили звуку, використання зайвої емоційної напруги.

Психолого-педагогічними чинниками, котрі затримують нормальний процес навчання в студентів-підлітків у мутаційний період визначено:

- дискомфортний психологічний стан, що виявляється у повній відсутності бажання навчання співу;
- пригнічення позитивного настрою учня;
- зневіра учня в можливість керувати власним співацьким процесом;

- відсутність психологічної підтримки викладача в процесі вокальних занять.

З метою усунення психологічних чинників, що становлять загрозу для успіху навчального процесу в період мутації, визначимо *шляхи подолання* негативних проявів психіки та невдач при навчанні співу:

- відбір методів, що сприяють активізації ініціативи, співацької рефлексії й розвитку емоційної та творчої сфери учня;
- організація комфортного середовища;
- добір репертуару, який має світлий, ліричний характер, який цікавий для виконавця і розвиває його творчі смаки.

Згідно спостережень А. Дубровського, юнацька психіка відмовляє значно швидше, ніж тіло, оскільки вона найбільш уразлива, ранима, тому душевні рани заживають повільніше за тілесні. Саме тому значної шкоди психічному здоров'ю завдають такі «педагогічні» міри впливу викладача, які пов'язані з його байдужістю, грубістю та безграмотністю.

Психологічна свобода є цілковитим відбиттям емоційної свободи, яка сприяє розвитку творчого потенціалу особистості. Оскільки голос відображає внутрішній стан, слід захистити студента від психічної перевтоми, стресів та будь-яких невдач. Педагогу слід виховувати особливо тонке, піднесене почуття студента до звуку свого голосу. Відомо, що інтонація мелодій та звук спочатку зароджується у внутрішній уяві. Тому педагогічно доцільним у процес співацького навчання стане включення внутрішнього свідомого самоконтролю під час співацького процесу шляхом самоспостереження та самоаналізу, відтворення свого голосу, тобто саморегуляції, що відбиває деякі складові співацької рефлексії, запропоновані В. Ємельяновим. Найголовнішим завданням у вокальному навчанні – звільнити співака від впливів внутрішніх психологічних затисків – почуття страху та сумнівів [3, с. 25].

Сучасні науково-методичні освітні напрями дедалі частіше торкаються питань здоров'язберігаючих технологій навчання. В минулому столітті почала своє існування складова наукової галузі вітчизняної педагогіки «шкільна гігієна», яка досліджує можливості поліпшення гігієнічних умов навчання та виховання школярів. У зв'язку з цим з'явився науковий термін «*ортобіоз*», що означає здоров'я та розумний спосіб життя і передбачає піклування про фізичне здоров'я, оптимальний ритм роботи й відпочинку, рухову активність, правильне харчування, культуру спілкування й особисту гігієну. Педагогічна енциклопедія інтерпретує поняття «шкільна гігієна» («гігієна дітей та підлітків») як розділ гігієни, що вивчає вплив різних факторів навколишнього середовища на організм дитини та розробляє гігієнічні нормативи, спрямовані на охорону та зміцнення здоров'я, гармонійний, творчий розвиток і вдосконалення функціональних можливостей організму підлітків.

Гігієна голосу студентів є низкою практичних заходів, необхідних для всебічного гармонійного розвитку й зміцнення їх співацького голосу.

«Гігієна разом з фізіологією, акустикою й психологією покликана відігравати велику роль у навчанні співу та подальшому розвитку голосу учнів» [4, с. 38].

Гігієна голосу є завжди актуальною для будь-якого віку, але в період пубертату організм зазнає специфічних гормональних змін, що особливо позначається на гортані та голосових зв'язках. Організм підлітка схильний до певних органічних захворювань, що пов'язано з активним фізіологічним ростом та психологічною нестабільністю нервової системи. Крім того, спів є складним фізіологічним процесом, у якому певною мірою беруть участь майже всі органи людського організму, і проблеми у функціонуванні навіть найменш значної з них позбавляє голосовий апарат повноцінної голосової функції, а в деяких випадках може призвести до непрацездатності юного співака.

Зважаючи на складності процесу розвитку підліткового голосу обох статей потрібно приділити увагу розгляду існуючого стану проблеми мутаційних розладів. Сучасні дослідження в галузі фоніатрії з цієї проблеми доводять, що неправильне функціонування голосового апарату в стадії формування, особливо під час або після застудних захворювань може призвести до значних функціональних й органічних порушень голосу. Крім того, *причинами розладів голосу в період мутації* більшістю дослідників-фізіологів визначаються порушеннями координації функції зовнішніх і внутрішніх м'язів гортані й відсутністю узгодженості між подихом і фонацією.

У практиці педагогічно-фоніатричного контролю за перебігом мутації спостерігаються відхилення, які вимагають особливої уваги. Серед функціональних розладів голосу найбільш часто зустрічаються дисфонії мутаційного періоду, вузлики голосових зв'язок, хронічні ларингіти, гіпотонічні розлади. Порушення голосу в дітей, що займаються співом, є наслідком неправильної техніки співу. Крім того, ми погоджуємося з Ю. Василенко й Г. Кітель, які стверджують, що деяких голосових порушень у дорослих можна було б уникнути за умови ранньої діагностики та своєчасного лікування в дитячому віці.

Крім того, необхідно звернути увагу на випадки стійкого розладу голосової функції підлітків, пов'язані зі зміною гормонального статусу, які досліджували Ю. Василенко, Н. Дашкова, М. Логачов та ін. Порушення в ендокринній системі приводять до стійких виражених змін голосу. При гіпофізарних розладах у підлітків мутації не відбуваються, тому що не виникають специфічні зміни, пов'язані з ростом й осифікацією кістяка гортані. У цей проміжок часу особливої ваги набуває проблема профілактики та збереження голосового потенціалу підлітків, адже без нього неможливий розвиток голосового апарату.

У мутаційний період педагогу для підкорення надається тендітний підлітковий голос. Зведення до нуля вірогідності травматизму психіки й голосового апарату повністю залежить від професійного педагогічного

підходу до виховання та розвитку голосу. Тепер режим голосу набуває вирішального значення, й тому уважне поводження з голосом сприяє більш швидкому його «заспокоєнню», появі рівності звучання й новому тембральному формуванню. Проте «за відсутності належного режиму в роки перебудови голосового механізму гине велика частина підліткових голосів, нерідко дуже гарних і перспективних» [6, с. 17–18]. Новоз'явлені голосові можливості захоплюють молодих людей, вони псують свої, ще не зміцнілі голоси, зловживаючи їх силою та діапазоном. Адже голос можна вважати сформованим лише тоді, коли сформувався увесь організм.

Доречно зауважити, що під співацьким режимом слід вважати комплекс обмежень у певних діях і бажаннях підлітка. Серед обмежень слід виділити заборону на всілякі чинники подразнень гортані та носоглотки, що можуть зашкодити голосовим зв'язкам і гайморовим порожнинам. Неодмінним фактором сучасного здорового способу життя є уведення в розпорядок дня підлітка спортивних навантажень. За цих обставин розвиток голосу під час навчання триватиме комплексно поряд із загально фізичним розвитком організму.

Досліджуючи переваги здійснення вокальних занять під час мутаційних змін, багато науковців доводять корисність навчання в цей період. Так, за науковими дослідженнями В. Триноса, проводити вокальні заняття з учнями, які переживають мутаційний період є можливим і корисним, оскільки це сприяє формуванню нових нейронно-м'язових зв'язків ЦНС із голосовими зв'язками. Продовжуючи розгляд наукових досліджень цього напрямку, В. Ємельянов наводить беззаперечний доказ необхідності продовжень вокальних занять у підлітковому віці: «Цілком імовірно, пише науковець, що у всіх інших галузях музичної педагогіки, в інструменталізмі, в балеті саме пубертатний період вважається найважливішим та плідотворним для становлення музиканта, танцюриста. Відбувається це тому, що в період найбільшої пластичності та більш інтенсивного розвитку органа його формування може виникати за допомогою цього органа» [3, с. 125]. Розвиваючи цю позицію, він стверджує: «Під час мутації потрібно не мовчати, а продовжувати координаційно-тренувальне навантаження у фальцетному режимі, поступово переносючи і захисні механізми, які змінюються на грудний регістр, що формується» [3, с. 124].

Навчальний процес доцільно проводити за певним педагогічним напрямом, а саме: «...у хлопчиків до мутації повинен бути добре розвинений фальцетний режим за жіночою академічною моделлю голосоутворення, тобто з усіма захисними механізмами та показниками співочого голосоутворення [3, с. 124]. Ми згодні з ним у тому, що «з метою нормального розвитку голосу в період мутації особливо важливо не мовчати, а працювати» [3, с. 124]. В. Ємельянов, як лікар-фоніатр та викладач, посилаючись на значну кількість вітчизняних, зарубіжних педагогів та фоніатрів (Н. Орлова, В. Перельштейн, О. Раввінов,

Д. Локшин, В. Тринос, Ф. Лисек та ін.), дійшов висновку, що співати під час мутації голосу є можливим, проте лише за правильної вокальної поведінки підлітка [3, с. 124].

Л. Венгрус, спираючись на досвід багатьох дослідників-практиків зазначає: «заняття в період мутації, при обов'язковому дотримуванні певних обмежень за часом уроку й вокально-технічної складності творів, у більшості випадків не тільки не протипоказані, але й корисні, оскільки сприяють його скороченню й утворюють перехід з цього періоду в післямутаційний більш плавним». Саме уважне поводження з голосом сприяє більш швидкому його «заспокоєнню», появі рівного звучання й нового тембрального формування [1, с. 149].

У вокальній практиці доведено, що під час співу в мутаційний період хлопчики не лише зберігають, а й розвивають свій голос [3, с. 124]. Саме практика свідчить, що у випадках припинення занять у період мутації в більшості хлопчиків губиться здатність до співу. Тому важливою перевагою продовження навчання в період мутації голосу студентів є його неперервність, збереження вокальної працездатності.

Для сучасного викладача вокалу та вокально-хорових дисциплін необхідно врахувати фізіологічні та психологічні особливості студентів у процесі вокального навчання у педагогічних коледжах, що сприяє більш ефективному розвитку співацького голосу та його збереженню.

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 творчого розвитку та успішного розв'язання всіх проблем і труднощів, використовуючи їх для стимуляції більш значних співацьких досягнень. Перспективи подальших досліджень будуть пов'язані з дослідженням культури вокально-хорового виконавства.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Венгрус Л. А. Начальное интенсивное хоровое пение / Л. А. Венгрус – СПб. : Музыка, 2000. – 280 с.
2. Дмитриев Л. Б. Основы вокальной методики / Леонид Борисович Дмитриев. – М. : Музыка, 2000. – 368 с.
3. Емельянов В. В. Развитие голоса. Координация и тренинг. 6-е изд., стер. / Виктор Вадимович Емельянов – СПб. : Издательство «Лань»; «Издательство Планета музыки», 2010. – 193 с.: ил.
4. Злобин К. В. Физиология пения в профилактике заболеваний голоса певцов / К. В. Злобин. – Л. : Медгиз, 1958. – 136 с.
5. Кушка Я. С. Методика навчання співу: посіб. З основ вок. Майстерності / Ярослав Степанович Кушка. – Тернопіль: Навч. пед. – Богдан, 2010. – 288 с.
6. Фониатрия и фонопедия / [Дмитриев Л. Б., Телелева Л. М., Таптапова С. Л., Ермакова И. И.]. – М. : Медицина, 1990. – 134 с.