КОНЦЕПТ
научно-методический электронный журнал

Захарченко А. В., Паламарчук В. Н. Главное о детском голосе на занятиях вокала // Концепт. – 2014. – № 07 (июль). – ART 14194. – 0,4 п. л. – URL: http://e-koncept.ru/2014/14194. htm. – Гос. рег. Эл № ФС 77-49965. – ISSN 2304-120X.

ART 14194 **УДК 372.878:784**

Захарченко Алла Васильевна,
старший преподаватель кафедры художественных дисциплин и методики обучения ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды», г. Переяслав-Хмельницкий
Zah_Alla@mail.ru

Паламарчук Валентин Николаевич,
преподаватель кафедры художественных дисциплин и методики обучения ГВУЗ «Переяслав-Хмельницкий государственный педагогический университет имени Григория Сковороды», г. Переяслав-Хмельницкий
valentunpalamarchuch@yandex.ru

Главное о детском голосе на занятиях вокала

Аннотация. *В статье рассматриваются методические советы будущим учителям музыки относительно охраны, гигиены детского голоса на занятиях пения.*
Ключевые слова: *голосовой аппарат, гигиена, охрана голоса, мутация, репертуар, режим, функции.*
Раздел: *(01) педагогика; история педагогики и образования; теория и методика обучения и воспитания (по предметным областям).*

Наш народ издавна славится своими прекрасными голосами, которые нужно бережно и умело развивать. На современном этапе развития общества, с опорой на передовые процессы в отрасли образования, которые направлены на ее гуманизацию и демократизацию, перед учителями музыки стоит задание чрезвычайной важности: воспитывая будущее подрастающее поколение, осуществлять свое влияние как на содержание, так и на формы организации педагогического процесса. Поэтому, по мнению многих научных работников, большое значение имеет охрана и гигиена детского голоса, который находится в состоянии постоянного развития и требует особенного внимания и заботливого отношения со стороны учителей.

Круг интересов относительно охраны и гигиены детского голоса исследовался в научных трудах Л. Аргатниковой, Л. Баренбойма, В. Брилианта, В. Палкина, В. Горлинского, О. Ковалевой, З. Курлянд, Ю. Бабанского, О. Маруфенко, В. Емельяновой, В. Морозова, Н. Добровольской, М. Орловой, И. Шорина. Необходимость поиска разнообразных путей диагностирования и коррекции процесса становления певца разрабатывались в трудах Б. Б. Асафьева, П. Г. Блонского, О. Я. Ростовского, С. Т. Шацкого и других.

Одним из основных требований к гигиене и охране детского голоса является правильно организованная вокальная работа в школе, которая способствует интенсивному и равномерному формированию голосового аппарата, когда укрепляются голосовые складки, формируются ее функции, развиваются музыкальные способности, слух и память, создаются благоприятные предпосылки для становления голоса ребенка.

При воспитании певчего голоса следует опираться на знание анатомии и физиологии голосового аппарата, которое поможет понять сложный процесс звукообразования, нарушение голосовой функции и средства их предотвращения. Правильное пение само по себе является охраной голоса. Учитель должен помнить, что для сохранения голоса у детей кроме правильного отбора репертуара и его

использования необходимо знать те профилактические мероприятия, которые предотвращают разные изменения или заболевания голосового аппарата.

Гигиена голоса не может быть полноценной без соблюдения правил общей и индивидуальной гигиены всего организма. Голосовой аппарат нужно беречь от всего, что может вызывать нарушение, раздражение слизистой оболочки (химические и термические реагенты, например: дым, холод, жара, очень острые кушанья, табак и тому подобное) [1]. Следовательно, для ребенка, который поет, очень полезно заниматься легкими видами спорта, но не переутомляться. Необходимо проводить закалывания организма.

Научные исследования доказали, что занятие пением положительно влияет на все стороны развития организма ребенка, его эмоциональную сферу и интеллект. Соблюдение правил гигиены и охраны голоса позволяет пению стать своеобразной гимнастикой, которая способствует развитию грудной клетки, сердечно-сосудистой и эндокринной систем, стимулирует чувственную и творческую деятельность, регулирует кислородный баланс. Особенного внимания требует голос певца-ребенка во время мутационного периода, когда могут возникнуть осложнения. Поэтому в этот период следует придерживаться таких требований:

1) не использовать искусственные приемы для ускорения процесса формирования голоса;

2) не позволять громкого форсированного пения и выполнения произведений для взрослых эстрадных исполнителей, не принимать участия в «Праздниках песни»;

3) исключить пение во время острых изменений голоса и гортани, которые констатировал врач-фониатр (отоларинголог);

4) петь только на тех звуках, которые добываются без напряжения, естественно и легко;

5) длительность занятий с детьми, голос которых находится в состоянии мутации, следует ограничивать, невзирая на отсутствие внешних признаков утомляемости;

6) не петь в общих хоровых коллективах, поскольку это делает невозможным контроль за состоянием голоса учеников, которые испытали мутации;

7) не позволять девушкам петь в так называемые «критические дни», полностью освобождать их от пения во время менструации;

8) для ребят, у которых мутация происходит неостро, без осложнений, необходимо создавать вокальные ансамбли небольшого состава, что позволяет осуществлять систематический педагогический контроль за состоянием их голосов.

То же самое касается и ситуации поздней мутации, которая наблюдается после наступления половой зрелости. Иногда у юношей наблюдаются явления вторичной мутации, когда во взрослом звучании голоса оказываются признаки детского тембра. Исправление отмеченных осложнений предусматривает усиление внимания к школьникам и использованию специальных фонопедических упражнений, которые позволяют включить в процесс голосообразования трахейную мембрану, добиться нахождения оптимального положения гортани, освобождения ее мышц от чрезмерного напряжения.

Необходимо обратить внимание учителей музыки на то, что соблюдение певческого режима не может обеспечить нормальный ход развития голосового аппарата. Поскольку детям, подросткам, юношам присуща повышенная эмоциональная возбудимость, которая проявляется через излишне громкое вещание и крик, учитель должен постоянно разъяснять вредность перенапряжения голоса как в пении, так и в вещании. От того, как будет развиваться голос школьника, и от соблюдения правил охраны и гигиены голоса, в частности, во время мутации, зависит качество взрослого голоса. Учитель дол-

жен помнить, что после мутации девушки и юноши, у которых в домутационный период не отмечались выдающиеся возможностями певцов, могут обнаружить нерядовые вокальные способности, как это случилось, например, с Е. Карузо, Т. Руффо, Ф. Шаляпиним, или, напротив, не оправдать надежды, которые на них возлагались в детском воздасте (Робертино Лоретти). Значит, учитель музыки должен следить за выполнением гигиены, которая влияет на охрану и развитие вокального голоса.

Петь следует с расправленной грудью. Наиболее удобной позой для полноценного, легкого и свободного звучания голоса является поза стоя. Дышать во время пения следует легко, свободно, без напряжения, с фазой вдоха, что короче фазы выдоха. Мастерство певчего дыхания заключается не в глубоком вдохе, при котором набирается очень много воздуха, а в освоении привычки вдохнуть нужное количество воздуха и тратить его постепенно на фоне выдоха, чтобы его хватало на нужную фазу.

Учитель музыки должен устранять такие моменты в процессе дыхания, как поднятие плеч, поверхностное дыхание, неестественное положение корпуса, напряжение шеи с набухшими венами. Необходимо пытаться дышать так, чтобы дыхание совмещалось с активным звучанием голоса, а не составляло изолированный процесс. Помещение, в котором поют дети, должно быть чистым, просторным, хорошо проветренным, солнце не должно отвлекать внимание, не слепить.

Рецепторный аппарат гортани принимает участие в регуляции дыхания, а потому большое значение приобретает согласованность работы дыхательного и голосового аппаратов. Только совместная деятельность дыхания и звучания голоса может обеспечить их нормальное физиологичное развитие. При этом нельзя не учитывать эмоциональный фактор, который, безусловно, влияет на акт дыхания; во время вялости оно углубляется и редеет.

Тренировать голос ребенка – это значит развивать диапазон, силу, тембр, легкость звучания. Не рекомендуется откашливаться перед началом пения или во время пауз. При этом происходят как будто удары одной связки о другую, при частом откашливании это может привести к хрипоте, резкому покраснению голосовых связок.

Для охраны детского голоса и сохранения его нормального развития нужно с большой ответственностью относиться к выбору репертуара и позволять юным певцам исполнять лишь произведения доступной им тесситуры; не допускать форсированного пения, особенно на крайних верхних и низких нотах диапазона. Учитывая, что дети любят петь громко, учитель должен сдерживать их, особенно во время разучивания новых произведений. Динамический диапазон голоса развивается постепенно, а спешить с его расширением чрезвычайно вредно. К сожалению, у некоторых поющих детей встречается большое количество дефектов: несмыкание голосовых связок, их вялость и т. п.

Нельзя выходить на улицу сразу же после пения, потому что слизистая оболочка физиологически раздражена, разогрета, нужно побыть в помещении 10–15 минут. Нельзя пить воду сразу же после пения, а также разговаривать на улице в холодную, влажную погоду. Заболевания носа, глотки, ротовой полости, трахеи, легких, нервной системы всегда в большей или меньшей мере приводят к нарушению голосовой функции. Все лечебные мероприятия при лечении заболеваний назначает врач-фониатр, а при его отсутствии – отоларинголог.

Фонетическая лаборатория и отдел музыкального искусства Института художественного воспитания АПН России разработали для учителей пения листовки, а для детей – особенные плакаты, в которых изложены основные правила охраны детского

Захарченко А. В., Паламарчук В. Н. Главное о детском голосе на занятиях вокала // Концепт. – 2014. – № 07 (июль). – ART 14194. – 0,4 п. л. – URL: http://e-koncept.ru/2014/14194. htm. – Гос. рег. Эл № ФС 77-49965. – ISSN 2304-120X.
ART 14194 УДК 372.878:784

голоса. На плакатах изображены правильная и неправильная осанка туловища и головы при пении, открытие рта. Приводим образец такого плаката.

Берегите голос! (для детей)

Дети! Выполняйте следующие правила:
Храните голос!
Оберегайте себя от простуды.
Зимой и в холодную погоду дышите на улице только носом!
Не выходите зимой разогретыми на улицу.
Не пейте холодную воду и не ешьте мороженое, если разогретые.
Не пойте зимой на улице.
Не кричите на перерывах в школе и особенно на улице, не разговаривайте громко и долго.
На улице не пойте громче, как в комнате.
Пение не крик; не кричите во время пения в хоре.
Никогда не пойте, если вы больны; срочно обращайтесь к врачу.
Правильное пение – средство охраны голоса.
Когда поете, держите туловище непринужденно, прямо.
Не нужно горбиться, разверните немного плечи назад.
Стойте свободно на прямых ногах, немножко расставив пятки и развернув носки в стороны.
Во время пения сидя не ложитесь на стульчик, а сидите прямо.
Голову держите прямо, немного подняв, не смотрите вниз.
Научитесь свободно опускать нижнюю челюсть, открывайте рот на легкой улыбке.
Не берите много дыхания!
Вдыхайте воздух бесшумно в нижнюю часть грудной клетки.
Не поднимайте во время вдоха плечи! Во время пения не выдыхайте воздух!
Во время пения будьте внимательными и дисциплинированными!
Часто слушайте пение академических певцов!

В листовках для учителей музыки рекомендуется прививать детям любовь к музыке и пению, создавать хоровые кружки, так как хоровое пение является наиболее доступным видом вокального искусства, воспитывая чувство коллективной ответственности; правильно определяйте голоса у детей; вырабатывать мягкий и свободный звук голоса и точную интонацию. Особенное внимание уделяйте мутации у мальчиков – при резкой ее форме рекомендуется не проводить занятия, а также указывайте на вредность пения во время менструации у девочек – давайте советы относительно подбора репертуара на занятиях ансамблем.

Листовка (для учителей)

Учите детей любить и ценить музыкальное искусство, потому что оно необходимо для их культурного развития.

Создавайте хоровые кружки.

Хор является наиболее доступной формой художественного общения и воспитания детей средствами искусства.

Хор может существовать везде, и для этой работы необязательно наличие аккомпанирующего инструмента.

Чтобы предотвратить ошибки в определении типа голоса у детей при отборе в хор, как можно внимательнее вслушайтесь в характер звучания: только явные признаки естественного альтового звучания могут указывать на низкий голос.

Боритесь с криком! Не позволяйте детям, которые поют в хоре, петь очень громко, потому что это исключает возможность контроля каждого ребенка над силой звука своего голоса. Работайте над развитием мягкого и свободного звука и точностью интонации.

Всегда помните, что вы имеете дело с постоянно и часто неравномерно растущим организмом, который в критический мутационный период бывает очень ослабленным. Не пропустите начало мутации у мальчиков. Говорите им, что в этот период нужно сдерживать себя от крика, громкого смеха, пения.

Во время мутаций занимайтесь немного и индивидуально с некоторыми на средних тонах нового диапазона.

КОНЦЕПТ
научно-методический электронный журнал
Захарченко А. В., Паламарчук В. Н. Главное о детском голосе на занятиях вокала // Концепт. – 2014. – № 07 (июль). – ART 14194. – 0,4 п. л. – URL: http://e-koncept.ru/2014/14194. htm. – Гос. рег. Эл № ФС 77-49965. – ISSN 2304-120X.
ART 14194 УДК 372.878:784

При резкой форме мутации прекращайте занятия с мальчиками вообще.

Не нагружайте голос девочек работой, если заметили у них некоторое сипение, вялость звучания и ослабленность звука без наличия признаков простуды.

Вокальные занятия с девочками во время мутации можно продолжать, но с особенной осторожностью, опираясь на данные фониаторского обзора, и только на средних нотах диапазона.

Объясните девочкам, что пение во время месячных (2–3 дня) запрещено.

Во время роста организма голос ребенка может измениться, и поэтому внимательно прислушивайтесь к звучанию голосов, чтобы вовремя перевести детей из одной партии в другую.

Не занимайтесь с хором долго.

Часто делайте перерывы, чтобы предотвратить усталость детских голосов.

Подбирайте репертуар в соответствии с детскими голосовыми возможностями. Учите детей, участников хора, музыкальной грамоте и читке нот, так как, умея сольфеджировать, ребенок намного меньше будет тратить времени на изучение музыкальных произведений и будет лучше и легче усваивать их как при личном выполнении, так и при слушании.

Хор воспитывает чувство коллективизма и коллективной ответственности. Выделяйте из хора небольшие ансамбли и занимайтесь с ними отдельно. Участие в ансамбле вызывает чувство ответственности каждого участника за выполнение и стимулирует их к последующим успешным занятиям. Поручив ученику выполнение самостоятельной партии в ансамбле, вы стимулируете у него уверенность в своих силах. Ансамбль дает возможность более обстоятельного изучения детского голоса и благоприятно влияет на его формирование.

Хоровое искусство создает и повышает музыкальную культуру детей.

Следовательно, учитель музыки должен систематически проводить беседы со школьниками и их родителями о том, как должен вести себя ученик после пения, чтобы предотвратить заболевание голоса и не допустить нарушений функций голосового аппарата, а также необходимо распространять в школах среди учителей музыки, воспитателей и детей элементарные сведения относительно охраны и гигиены детского голоса.

Ссылки на источники

1. Шорин И. Развитие, воспитание и охрана певчего голоса // Самодеятельный хор и работа с ним. – М., 1959.

Alla Zakharchenko,
Senior lecturer at the chair of artistic disciplines and methods of teaching, Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University named after Grigory Skovoroda, Pereyaslav-Khmelnitsky
Zah_Alla@mail.ru
Valentin Palamarchuk,
Lecturer at the chair of artistic disciplines and methods of teaching, Pereyaslav-Khmelnytsky State Pedagogical University named after Grigory Skovoroda, Pereyaslav-Khmelnitsky
valentunpalamarchuch@yandex.ru

ISSN 2304-120X 07
9 772304 120142

Main point about the children's voice at vocal lessons

Abstract. The authors give methodological recommendations to future music teachers in relation to guard and hygiene of child's voice at vocal lessons.

Key words: vocal vehicle, hygiene, guard of voice, mutation, repertoire, mode, functions.

Рекомендовано к публикации:
Горевым П. М., кандидатом педагогических наук, главным редактором журнала «Концепт»;
Утёмовым В. В., кандидатом педагогических наук