



УДК 373.67:784

Каменецька Л.М., Київський національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова

Каменецька Лілія Миколаївна – аспірант Київського національного університету ім. М.П. Драгоманова. Коло наукових інтересів – особливості вокального виховання учнів.

ОСОБЛИВОСТІ ВОКАЛЬНОГО РОЗВИТКУ УЧНІВ СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ: ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ТА ФІЗІОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТИ

У статті визначаються характерні психолого-педагогічні та фізіологічні особливості учнів старшого шкільного віку, приділяється увага вокально-віковим можливостям та особливостям старшокласників. Розглядаються основні вимоги щодо гігієни та охорони співацького голосу сучасної молоді.

In this article the characteristic psychological, pedagogical and physiological peculiarities of senior pupils are analysed. Attention is paid to vocal age possibilities and peculiarities of high-school students. The main requirements to hygiene and protection of vocal voice of modern youth are under the author's

Проблеми вокального розвитку старшокласників є особливо значущими в методиці музичного навчання сьогодення. Проте, науковці лише побіжно торкаються цих питань. Мало розробленими є питання щодо гігієни та охорони голосів учнів старшого шкільного віку. Проблема вокального розвитку старшокласників постає особливо гостро через припинення уроків музики. Відсутність необхідного педагогічного контролю за станом голосового апарату та охороною голосів учнів спричиняє певні вади їх вокального розвитку.

Як відомо, шкільна програма не передбачає музичного, зокрема вокального розвитку учнів старшого шкільного віку. Отже, старшокласники мають змогу спілкуватися з вокальною музикою лише в процесі позакласної роботи у гуртках співу. Завдання вчителів музики, що працюють із учнями старшого шкільного віку полягає у забезпеченні вокальному навчанню розвиваючого характеру. Для вирішення цих завдань важливо з'ясувати, що саме являє собою людина, яка увійшла в юнацький вік, у чому

полягають особливості її розвитку саме в цей період, які фізіологічні зміни відбуваються в організмі старшокласників, зокрема в вокальному плані.

Музичним вихователям та вчителям музики, що працюють з дітьми різного віку важливо пам'ятати про надзвичайну вразливість і обмежену витривалість дитячих та юнацьких голосів, важливо дбати про їх охорону та збереження. Водночас, у сучасних школах ще мало приділяється уваги охороні голосу, нерідко юнацькі голоси занадто "експлуатуються", навантажуються виконанням складних у вокальному відношенні творів. Тим самим нехтується питання "голосового здоров'я", більш того, страждає культура мови.

Мета даної роботи полягає у дослідженні вікових фізіологічних і психолого-педагогічних особливостей вокального розвитку учнів старшого шкільного віку. Реалізація мети передбачала вирішення таких завдань:

- дослідити характерні психолого-педагогічні та фізіологічні особливості учнів старшого шкільного віку;
- з'ясувати вокально-вікові можливості та особливості старшокласників;
- визначити основні вимоги щодо гігієни та охорони співацького голосу сучасної молоді.

Розвиток юнацької психіки відзначається виключно важким та суперечливим характером. У психологічних та педагогічних роботах А.О. Бодалева [4], Л.В. Волинської [1], В.І. Жукова [4], І.С. Кона [2], З.В. Огороднійчук [1], О.В. Скрипченко [1], Т.Б. Тарасової [5] та інших розглядаються особливості протікання психічних процесів у цьому віці, а також визначається вікова періодизація психофізіологічного розвитку дитини.

У науковій психологічній термінології поняття "вік" визначається як певний ступінь психологічного розвитку індивіду і його розвитку як особистості, що характеризується сукупністю закономірних фізіологічних і психологічних змін [4, с. 98].

Старший шкільний вік (15-17 років) співпадає з періодом навчання у старших – 9-11 класах. Період "ранньої юності", як зазначається у підходах психологів та педагогів Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова, вважається перехідним етапом від дитинства до дорослості [1, с. 233]. При визначенні шляхів розвитку особистості слід брати до уваги не тільки її вік, але й соціально-економічний стан суспільства, загальні особливості розвитку культури на даному етапі, специфіку історичної ситуації. Крім того важливо враховувати особливості статі, індивідуально-типологічні властивості особистості.

Вчені-фізіологи, психологи та педагоги відзначають, що в фізичному відношенні старшокласники наближуються до фізичного розвитку дорослих. Це період завершення і фізичного розвитку, і, загалом, становлення особистості. В учнів старшого шкільного віку закінчується статевий розвиток. Опікуючись вокальним розвитком учнів цього віку, слід зважати на те, що зростання ваги тіла стає більшим відносно збільшення росту. Зникають диспропорції окремих частин тіла та підліткова невпевненість рухів. Інтенсивно йде розвиток мускулатури (ріст м'язів у довжину та ширину), збільшується об'єм грудної клітини, підвищується фізична працездатність. Продовжується розвиток мозку, проходять процеси внутрішньоклітинного ускладнення та розвитку відповідних функцій. Водночас не слід забувати, що під час значних тривалих навантажень у старшокласників прослідковується підвищена вразливість серцево-судинної системи.

Проаналізувавши роботи науковців Л.В. Волинської [1], І.С. Кона [2], З.В. Огород-

нійчук [1], О.В. Скрипченко [1], Т.Б. Тарасової [5], Л.Д. Столяренко [5] та інших, ми можемо виокремити ряд характерних психолого-педагогічних особливостей учнів старшого шкільного віку.

По-перше, розвиток особистості в юності тісно пов'язаний із соціальним статусом юнаків та дівчат, з їх положенням у колективі групи, навчального закладу, тощо. В учнів юнацького віку формується самосвідомість, тобто уявлення про самого себе, самооцінка своєї зовнішності, розумових, моральних, вольових якостей та відбувається зіставлення себе з ідеалом, з'являється можливість самовиховання. У старшокласників свідомо і цілеспрямовано формуються такі якості характеру, як сила волі, витримка, наполегливість, самоконтроль, обдуманість, критичність тощо. Водночас, продуктивність зусиль молоді в ранньому юнацькому віці залежить часто від настрою. Під час даного періоду декому важко перейти від неробочого стану до праці, дехто часто лінується, відволікається. У юнаків та дівчат в цьому віці виникає перше почуття любові, дружби, відбувається істотна перебудова емоційної сфери.

По-друге, саме у старшому шкільному віці проявляється свідоме позитивне ставлення до навчання: продовжує удосконалюватися інтелектуальна сфера, розширюються розумові можливості юнаків та дівчат, пізнавальні інтереси становляться більш глибокими та стійкими, зростає концентрація уваги, збільшується обсяг пам'яті, формується абстрактно-логічне мислення. В учнів старшого шкільного віку з'являється вміння самостійно розбиратися в складних питаннях: формування власного світогляду як цілісної системи поглядів, знань, переконань, своєї життєвої філософії; створення власних теорій життя; любові; політики тощо.

По-третє, старший шкільний вік відзначається прагненням до самоствердження своєї незалежності, оригінальності, зневагою до порад старших; прагнення до самоврядування, потреба осмислити все навколишнє. Для юності характерна вікова інтровертованість, коли самотність дає можливість реалізувати здібності (музичні, ху-дожні, літературні, технічні, тощо). Отже, головною ознакою періоду ранньої юності є потреба знайти внутрішню позицію дорослої людини, придбання певного ступеня психологічної зрілості, обрати професію, усвідомити себе членом суспільства, виробити світогляд, вибрати свій життєвий шлях. Все це дає можливість у цей віковий період здійснювати пошуки сенсу життя.

Ряд науковців в галузі вокальної педагогіки (Є.М. Калініна [3], О.О. Юрко [6], Ю.Є. Юцевич [7] та ін.) займалися вивченням вікових фізіологічних змін, розвитку і охорони дитячого голосу.

Вчені наголошують, що юнацький період називають післямутаційним, який охоплює час після мутаційного розвитку співацького голосу до дорослого стану, приблизно не менше двох-трьох років. Водночас у деяких учнів старшого шкільного віку в цей період ще можуть зберігатися залишкові явища мутації (неповний діапазон, фальцетне звучання головного регістру у дівчат, недостатньо сформовані верхні або нижні ноти, нерівність звучання протягом усього голосу та інше). Голоси юнаків та дівчат, пройшовши перелом, продовжують ще формуватися. Поряд із загальним змужнінням організму, йде подальший розвиток дорослого голосу.

Юнацький період характеризується поступовим збільшенням діапазону й сили співацького голосу, його тембрового збагачення. У хлопців зникають хворобливі відчуття під час співу та виявляються більш-менш чіткі типологічні ознаки голосу. Вони починають користуватися новими нижніми нотами, переходячи на спів у теситурі чоловічого голосу. Діапазон тенорів, як правило, не перевищує децими, у баритонів і басів (останніх доцільно називати "підбасками" через несформованість тембрового забарвлення), голос рідко виходить за межі октави, виявляючи тен-денцію до "зсування" вниз за діапазоном, і лише пізніше з'являються ознаки типологічного розширення – у баритонів – угору, у басів – униз [7, с. 148]. У дівчат у цей період залежно від типу голосу (сопрано чи альт) відбувається розширення діапазону вгору або вниз таким чином, що він досягає не менше, ніж півтори октави. Темброве забарвлення повільно набуває рис дорослого голосу, рівень високої співацької форманти зростає дуже повільно.

Отже, можна зазначити, що старший шкільний вік відзначається зміцненням співацького голосу та набуттям характерних ознак повнолітньої людини (чоловіка та жінки), що сприяє подальшому успішному його розвитку.

Успішність формування та розвитку співацького голосу старшокласників значною мірою залежить від організації їх навчання та відпочинку, дотримання певних правил загальної гігієни (режиму дня, правильного раціонального харчування, співвідношення у часі харчування та співу, відвідування спортивних секцій, уникнення шкідливих впливів та звичок тощо). Загальний тонус організму залежить від режиму сну та харчування. Сон старшокласників має бути досить глибоким і тривалим (не менше 8 годин на добу). Режим харчування має бути правильним, оскільки на голос впливають кількість та якість їжі. Надмірна кількість їжі обмежує рухи діафрагми, заважаючи вільному співацькому диханню. У більшості дівчат цього віку відмічається надмірне захоплення

"модними" дієтами. Суворе обмеження себе у кількості їжі призводить до погіршення загального стану організму, що значно відбивається на якості та неповноцінності розвитку вокальних здібностей учнів старшого шкільного віку. Для старшокласників, які займаються співом, дуже корисним є відвідування різних спортивних секцій, але за умов дотримання помірності у фізичних навантаженнях, щоб запобігти порушенню еластичності дихання.

Циклічні фізіологічні зміни, що відбуваються в організмі дівчат старшого шкільного віку також впливають на стан слизової оболонки гортані, носа і глотки, впливаючи на якість звучання голосу. Як відомо, спів потребує пружності голосових зв'язок, рівномірності їх коливання, еластичності змикання та протистояння напору повітря, що видихається. Це можливо лише під час нормального стану гортані, а вона, як і вся нервово-м'язова система в ці дні, ослаблена, їй дуже легко зашкодити. Про ці зміни слід пам'ятати музичним вихователям та вчителям музики. Дівчат у цей період на два-три дні від співу необхідно звільняти.

Для нормального перебігу вокального розвитку старшокласників надто важливим є уникнення шкідливих впливів та звичок. У деяких учнів старшого шкільного віку виявляється цікавість до вживання алкогольних напоїв та паління тютюну, що, на їхню думку, робить їх дорослими та самостійними. Проте старшокласники мають усвідомити, що вживання алкогольних напоїв є дуже шкідливим для голосу. Вчитель співу має пояснити, що це обпалює і сушить слизову оболонку голосового тракту, викликає зайвий приплив крові та запалення голосових складок, що призводить до захриплості.

Вчителям музики та музичним вихователям слід звертати увагу на те, що не менш шкідливим для голосу учнів старшого шкільного віку є паління тютюну, навіть пасивне, коли людина сама не палить, але знаходиться у задимленому приміщенні, або поруч з тим, хто палить. Вчитель має постійно наголошувати на тому, що це викликає подразнення дихальних шляхів, яке може призвести до хронічних запалювальних процесів, у тому числі таких, як "кашель курця" та фонастенія, коли голос швидко втомлюється, погіршується інтонація, "тьмяніє" тембр, звужується динамічний діапазон, з'являється відчуття незручності, печії в горлі, сухості, подразнення, що викликає бажання відкашлятися. Відпочинок дає полегшення, однак потім все поновлюється, і, таким чином, цей стан стає хронічним, що згодом призводить до незмикання голосових зв'язок, до утворення співацьких вузликів тощо.

Результати проведеного нами дослідження дозволили зробити такі висновки: а) період

“ранньої юності” слід вважати перехідним етапом від дитинства до дорослості, цей період відзначається завершенням фізичного розвитку та становленням особистості; б) старший шкільний вік характеризується набуттям характерних ознак повнолітньої людини

ЛІТЕРАТУРА

1. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб. / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. – К.: Просвіта, 2001. – 416 с.
2. Кон И.С. Психология старшеклассника. – М.: Просвещение, 1982. – 207 с.
3. Малинина Е.М. Вокальное воспитание детей. – Л.: Музыка, 1967. – 88 с.
4. Психология и педагогика. Учебное пособие / Под редакцией А.А. Бодалева, В.И. Жукова, Л.Г. Лаптева, В.А. Слостенина. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2002. – 585 с.
5. Тарасова Т.Б. Психологічні особливості студента. Навчально-методичний посібник для магістрантів. – Суми: СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2004. – 50 с.
6. Юрко О.О. Вокальне виховання дітей та юнацтва в закладах загальної додаткової освіти. – Суми, 2005. – 138 с.
7. Юцевич Ю.Є. Теорія і методика формування співацького голосу: Навчально-методичний посібник. – К., 1998. – 159 с.