

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

кафедра музыкально-
инструментальной подготовки

**РАЗВИТИЕ ПЕВЧЕСКОГО ГОЛОСА
У ИСПОЛНИТЕЛЕЙ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА**

**АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ
РАБОТЫ БАКАЛАВРА**

студентки 4 курса 451 группы
направления подготовки 53.03.01 Музыкальное искусство эстрады
(профиль «Эстрадно-джазовое пение»)
факультета искусств Педагогического института

МИНХАЕРОВОЙ АРИНЫ ФАНИСОВНЫ

Научный руководитель
канд. пед. наук

(подпись, дата)

И. Н. Сергиенко

Зав. кафедрой
доцент, канд. пед. наук

(подпись, дата)

И. А. Королева

Саратов 2025

Введение. Голос – это ключевой компонент нашей личности, инструмент, через который мы выражаем себя и свою уникальность в пении. На протяжении истории пение эволюционировало, играя значительную роль в различных культурах. От устных традиций, передающих истории и мифы, до религиозных песнопений и народных песен – пение сформировало важную часть культурного наследия человечества.

В современном мире вокальное искусство продолжает оставаться популярным видом творческой деятельности. Оно предоставляет возможность для психологической разгрузки и самовыражения, что особенно важно для развития подрастающего поколения. Эта значимая задача осуществляется через систематическую подготовку вокалистов на различных этапах обучения, как в образовательных учреждениях, так и в системе дополнительного образования.

При изучении специфики вокального обучения подростков сегодня критически важно учитывать ключевые факторы, определяющие эффективность процесса освоения данного вида музыкальной деятельности. Прежде всего, необходимо проанализировать физиологические аспекты, сопутствующие вокальному обучению подростков. Наиболее существенным фактором является естественно протекающий процесс мутации голоса, происходящей в подростковом возрасте. Учет этого процесса – важнейший аспект для адаптации педагогических стратегий и подбора певческого репертуара.

Во время мутации голосовые складки претерпевают ряд физиологических изменений, связанных с половым созреванием. Эти изменения влияют на размеры и форму резонаторных полостей гортани, что, в свою очередь, оказывает существенное воздействие на тембр и динамику голосовых возможностей. У мальчиков эти изменения проявляются особенно заметно, часто приводя к грубости, нестабильности и появлению неровностей в звучании голоса.

Все эти изменения существенно влияют на вокально-исполнительские способности подростков и их восприятие собственного голоса в процессе

пения. Ощущение потери контроля над голосом может привести к сложностям в поддержании ранее достигнутого уровня интонационной точности и вокальной техники, что вызывает определённые трудности для подростков.

Помимо физиологических изменений, следует учитывать и психологический аспект. Подросток может испытывать смущение и неуверенность в способности выражения художественного образа через изменившийся голос. Хотя сольное исполнение может претерпеть значительные изменения, не стоит забывать о коллективных формах вокальной деятельности, которые могут помочь подростку обрести уверенность в этот непростой период взросления.

Вокальное обучение детей в период мутации является сложной задачей, требующей особого подхода, который отличается и от методов работы со взрослыми вокалистами, и от техник, применяемых до наступления мутационного периода. Учет специфики этого этапа развития – ключевой аспект, диктующий необходимость внимательного отношения со стороны педагога по вокалу.

Цель исследования – изучение процесса развития певческого голоса у исполнителей подросткового возраста.

Для достижения цели нашего исследования были поставлены следующие задачи:

1. Изучить строение голосового аппарата и механизмы голосообразования человека.
2. Рассмотреть особенности развития певческого голоса у исполнителей подросткового возраста.
3. Выявить особенности постановки подросткового голоса на уроке эстрадного вокала.
4. Разработать программу по вокальной работе с детьми в период мутации голоса.

Теоретико-методологическая основа исследования. При написании работы использовались труды ведущих специалистов в области детской вокальной

педагогики (В.В. Емельянов, О.А. Калимуллина и др.), исследования по возрастной психологии (И.В. Кудринская, Т.А. Тюрина), работы, посвященные специфике работы с детьми в мутационный период (Ю.С. Василенко, О.С. Орлова, С.Е. Уланов).

Основными методами исследования стали: теоретический анализ литературных источников и изучение нормативных документов по проблеме исследования, обобщение и систематизация педагогического опыта.

Структура выпускной квалификационной работы. Последовательность поставленных задач определила структуру работы, состоящую из введения, двух глав и четырех параграфов, заключения и списка использованных источников.

Во введении обоснованы актуальность, определены цель и задачи, ведущие к достижению поставленной цели, предложены методы и методологическая основа данной научной работы.

В первой главе рассматриваются теоретические аспекты процесса развития певческого голоса. Во второй главе описываются особенности работы над постановкой голоса исполнителей-подростков в эстрадном пении.

В заключении представлены результаты проведенного исследования.

Список использованных источников включает 41 наименований: труды в области педагогики, психологии, музыкальной педагогики и методики.

Практическая значимость исследования. Основные методические принципы, сформированные в процессе обучения учеников вокальных отделений детских школ искусств и детских музыкальных школ могут быть использованы в учебном процессе развития детского голоса в период мутации.

Основное содержание работы. Голос человека представляет собой совокупность звуков, возникающих в результате вибрации голосовых складок при разговоре, пении или крике, отличающихся высотой, тембром и другими характеристиками. Процесс голосообразования начинается с выдоха воздуха из лёгких через рот и нос. Вибрирующие голосовые складки в этот момент создают звуковые колебания в проходящем воздухе.

Диафрагма, представляющая собой мускульно-сухожильную перегородку, известную также как грудобрюшная преграда, является ключевым элементом в структуре голосовых органов.

В свою очередь, процесс образования звука голоса называется голосообразованием, или фонацией. Фонация – результат сложного взаимодействия всех частей гортани, включая мышцы, которые изменяют положение голосовых складок. Эти процессы управляются головным мозгом через широкую сеть нервных связей.

Основа правильного голосообразования – правильное использование резонанса. Резонатор, в первую очередь, усиливает звук, практически не требуя от источника самого звука, то есть голосовых складок, дополнительной энергии. Правильное использование резонаторов позволяет добиться от голоса большой громкости (до 120-130 дБ), высокой выносливости, богатого тембра, индивидуальности и красоты. Важно понимать, что, в отличие от работы голосовых складок, резонаторы не испытывают напряжения, а лишь усиливают звук. В вокальной педагогике выделяют два важных резонатора – головной и грудной.

Певческие голоса, вне зависимости от пола, разделяются на три основные категории: высокие, средние и низкие. К высоким относятся сопрано (женский голос) и тенор (мужской голос). Средний регистр представляют меццо-сопрано (женский голос) и баритон (мужской голос). Низкий регистр представлен контральто (женский голос) и басом (мужской голос). Важно отметить, что внутри каждой из этих групп существуют дальнейшие подразделения, учитывающие тембр, вокальную технику и другие характеристики.

Что касается певческого голоса и особенностей его развития у детей, то необходимо иметь в виду, что голосообразующая система ребёнка демонстрирует динамичное развитие, претерпевая существенные изменения в разные периоды роста. К примеру, высота расположения гортани во время пения, ключевого элемента для формирования звука, варьируется индивидуально, определяясь типом голоса. Размеры же гортани являются сложной совокупностью фак-

торов, включая пол, возраст и уникальные анатомические особенности каждого человека.

Онтогенез вокальных способностей, охватывающий как разговорную речь, так и певческую деятельность, включает в себя последовательность стадий.

У новорожденных и детей грудного возраста вокализация является проявлением безусловных рефлекторных механизмов. Звукообразование в этот период характеризуется вариабельностью интенсивности при относительно стабильной высоте (около «ля» первой октавы) и однородном тембре, что обуславливает сходство плача и крика.

В раннем детстве (1-3 года) наблюдается стремительное развитие речевых функций, оказывающее влияние и на голосовые характеристики. Голос детей данного возраста отличается высокой пронзительностью, ограниченным голосовым диапазоном (от «фа» до «ля» первой октавы) и недостаточной дифференциацией громкости. Певческая деятельность в этот период носит эпизодический характер, сводясь к форсированной мелодекламации.

В возрасте 3-4 лет формируется интерес к музыкальным занятиям, происходит освоение базовых певческих навыков и координации движений под музыку.

В 4-5 лет развивается способность к восприятию музыкального материала, формируется вокально-слуховая координация.

В период 5-6 лет наблюдается формирование предпочтений в отношении различных аспектов музыкальной деятельности.

Разговорная речь дошкольников становится более выразительной: диапазон голоса расширяется (как по высоте, так и по громкости), а также активно используются приемы для придания голосу художественных элементов (четкость, ясность).

Дошкольный возраст идеально подходит для развития певческого голоса. Вокальные занятия – важная часть гармоничного развития ребенка, ведь развитие голоса и слуха положительно влияет на формирование речи, которая, в

свою очередь, является основой мышления ребенка.

Рабочий диапазон голоса детей 6-7 лет невелик, обычно от «ре» первой до «ре» второй октавы. К краям диапазона дикция ухудшается, поэтому следует избегать крайних звуков.

Переход к следующему возрастному этапу, 8-10 лет, происходит плавно, без резких изменений.

В период мутации происходят значительные изменения в характере певческого голоса.

В период от 11 до 18 лет происходит преобразование ребёнка во взрослого человека, сопровождающееся сложными процессами в голосовом аппарате. Становление голосового аппарата характеризуется диспропорциями в росте отдельных его органов. Особенно заметно это у мальчиков: голосовые складки удлиняются, а ширина может оставаться прежней, гортань интенсивно растёт. Бурный рост гортани, характерный для периода полового созревания (мутации), является наиболее сложным и критическим этапом развития голоса.

Обучение подростков вокалу в период мутации голоса – это важный и деликатный процесс.

Целью обучения вокалу подростков в период мутации является постепенное и бережное развитие певческого голоса, с учетом физиологических и психологических особенностей подростков.

В период мутации грамотно разработанные вокальные упражнения являются незаменимым помощником. Они помогают учащимся адаптироваться к изменениям, расширять певческий диапазон, укреплять голосовые складки, развивать самоконтроль и самое главное – бережно относиться к своему голосу. Главное – безопасность, исключая перенапряжение. Педагог должен чутко реагировать на ощущения ученика во время упражнений, создавая комфортную атмосферу для работы.

Для формирования правильной вокальной позиции у подростков с мутацией голоса рекомендуется использовать ряд вокальных упражнений:

1. Разогрев голосовых складок.

2. Дыхательные упражнения.
3. Артикуляционные упражнения.
4. Развитие резонанса и полетности певческого голоса.

Для эффективного обучения подростков необходимо не только объяснять принципы вокализации, но и демонстрировать выполнение упражнений на собственном примере. Это позволяет ученикам наблюдать, подражать и одновременно с педагогом отрабатывать навыки.

Особого внимания требует подбор вокального репертуара для подростков. Педагогу следует руководствоваться определенными правилами и тщательно учитывать все аспекты при выборе песенных произведений.

Подростки в период мутации голоса могут сталкиваться с трудностями в контроле над своим звучанием и испытывать вокальную нестабильность. При выборе репертуара необходимо учитывать эти физиологические изменения и предлагать произведения, соответствующие текущим голосовым возможностям.

Для подростков в период вокального развития важно постепенно повышать сложность исполняемых произведений. Это позволяет адаптировать вокальные навыки, избегая перегрузок голосового аппарата. Одновременно необходимо уделять внимание развитию сценического мастерства, музыкальной выразительности и умению справляться с волнением перед выступлением.

В этот сложный период перестройки голоса ключевым является создание для певцов максимального комфорта на вокальных занятиях. Подросток должен ощущать себя расслабленно и уверенно в своих вокальных способностях. Поскольку во время мутации голос становится непредсказуемым, многие ребята начинают сомневаться в себе, полагая, что это их вина, и что музыкальный талант их покинул. Поэтому преподаватель должен провести с учениками разъяснительное занятие, доступно объяснив, что такое мутация и как она протекает.

Эффективность обучения вокалу во многом зависит от самостоятельной

работы ученика. Помимо регулярных вокальных упражнений, самостоятельная работа включает в себя разнообразные задачи, способствующие всестороннему развитию:

- текстовая работа: заучивание текста произведения без пения, детальный анализ текста.
- музыкальный анализ: проигрывание мелодии на фортепиано (если возможно), изучение динамических и темповых обозначений.
- работа над образом: обдумывание художественного образа произведения.
- лингвистический аспект: перевод текста (если произведение на иностранном языке) и работа над произношением.

Включение этих задач в домашнее задание позволяет эффективно использовать время на уроке, сосредотачиваясь на оттачивании техники вокала и устранении сложностей, вызывающих дискомфорт.

Заключение. Голос – чрезвычайно сложное явление, которое объединяет звуки, исходящие из гортани человека независимо от того, предназначаются ли они для выражения мысли и чувства или они являются результатом неосознанных рефлекторных мышечных движений.

Голосовой аппарат человека представляет собой сложную систему. Ее основными частями являются органы дыхания – легкие с дыхательными путями и дыхательными мышцами, гортань с голосовыми складками, где зарождается звук, артикуляционный аппарат, совокупность резонаторов. Все части голосового аппарата находятся в сложной зависимости между собой. Во время пения все части голосового аппарата работают как единое целое. Работа голосового аппарата подчинена влиянию мозговой деятельности.

Человеческий голос делится на разговорный и певческий. Развитие разговорного и певческого голоса проходит несколько стадий. Каждая стадия развития голоса имеет свои характерные особенности.

Детский голос – это сложная и хрупкая система человеческого организма, которая при правильном развитии переходит во взрослую систему голоса. По-

этому очень важным является корректное и профессиональное его воспитание. Чрезвычайно сложной задачей является воспитание детского голоса, так как он находится в процессе роста. Длина, ширина и толщина голосовых складок постоянно увеличиваются, расширяются полости резонанса. Жизненная емкость легких постепенно увеличивается.

У детей младшего школьного возраста (7-10 лет) сила голоса не велика, индивидуальные тембры почти проявляются. Ограничен диапазон голоса, редко выходящий за пределы октавы. Голосовой аппарат в этом возрасте может работать как в фальцетном, так и в грудном режиме. Однако с позиции бережного развития голоса целесообразно использовать фальцет и лёгкий микст. Этому голосообразованию соответствует серебристое, преимущественно головное звучание. Если произведение написано в удобной тесситуре, детский голос звучит легко и естественно.

Голоса детей 11-13 лет (предмутационный период) становятся более сильными, несколько расширяется диапазон, ярче проявляются различия в тембровой окраске. Этот возрастной период считается временем расцвета детского голоса. Основные вокальные навыки дети должны получить именно в этом возрасте и до наступления мутации. Здесь должна идти кропотливая работа над воспитанием культуры звука, развитием вокального слуха и музыкально-образного мышления.

Следующий период развития детского голоса – мутация. Мутация – характерная перемена человеческого голоса. Мутацией голоса принято считать изменения или перемену голоса подростка в период полового созревания (у мальчиков – примерно с 13-19 лет, у девочек – с 12-14 лет).

Мутационный период – это период, когда формирование звука подростка находится в прямой зависимости от изменения структуры голосового аппарата. В мутационный период у подростков часто наблюдается хрипотца, скрипучесть голоса, усиливаются недостатки произношения. Голос становится непостоянным.

Исследование возможности и целесообразности занятий в мутационный

период показало, что занятия возможны, если этим заниматься умело, с осторожностью.

Необходимо бережно относиться к голосовому аппарату, который в период интенсивного роста нуждается в покое, его легко повредить. Поэтому для поющих подростков устанавливается строгий режим. Спокойное обращение с голосом содействует более быстрому его успокоению, появлению ровности звучания и новой тембральной окраски. Пение нужно ограничить по времени, подростки должны часто отдыхать, примерно через 3-5 минут, почти столько, сколько пели.

Режим занятий с детьми переходного возраста строго индивидуален и строится в рамках 40-минутного урока, включая в себя:

- дыхательные и речевые упражнения – 3-5 минут (дыхательная гимнастика по А. Н. Стрельниковой, «Насос», «Аквалангист» и др);
- вокальные упражнения – 10-15 минут (вокальные упражнения Н.Н. Добровольской);
- разучивание новой песни – 10 минут (включая слушание и анализ);
- музыкальные «переменки» – 5-7 минут;
- повторение и закрепление выученных ранее произведений – 10 минут.

Если слышатся первые признаки усталости, то необходимо прекратить занятие. Но систематически продолжать работу над голосом. При этом внимательно наблюдать за его развитием.

Наиболее продолжительная стадия – это завершающая стадия, где происходит процесс создания взрослого голоса. Работа педагога в этот период развития голоса особенно имеет большое значение.

Подростки (особенно мальчики, а также и девочки, у которых формируется низкий голос) при появлении первых нот с грудным звучанием стараются искусственно уплотнять тембр и распространять это звучание на весь свой диапазон, т.е. поют не характерным им звуком, что ведет к перенапряжению голосовых мышц.

Поэтому при работе с подростками следует избегать двух крайностей:

- нельзя усиливать развитие взрослого голоса;
- нельзя искусственно задерживать период пения детским голосом.

Как одна, так и другая крайность может нанести существенный вред голосовому аппарату.

Мальчики должны петь в характере и диапазоне детских голосов до тех пор, пока пение новым манерой для них не станет естественным. Насколько естественным для подростка стала новая манера голосообразования, определяется педагогом. Мальчиков можно переводить в тесситуру мужского звучания только тогда, когда его голос заполнит малую октаву и обретет цельность и устойчивость звучания в диапазоне ре малой октавы – ре первой октавы.

Плавный переход слабо развитого голосового аппарата к грудному регистру дает возможность при новом приеме голосообразования сохранить звуки в пределах первой октавы. Благодаря этому голос после мутации обретает полный певческий диапазон.