

**МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ИСКУССТВ»**

**КАФЕДРА ВОКАЛЬНОГО ИСКУССТВА И ДИРИЖИРОВАНИЯ**

**УТВЕРЖДАЮ**



**Проректор по учебной работе**

**/ М. М. Ахмедагаев /**

**«29» августа 2023 г.**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Гигиена голоса**

Специальность

**53.05.04 «Музыкально-театральное искусство»**

Специализация

**«Искусство оперного пения»**

**Квалификация**

Солист-вокалист. Преподаватель

Форма обучения – **очная**

**Срок обучения**

очная форма – **5 лет**

**Нальчик  
2023**

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель курса** – сформировать у будущих профессионалов голоса научные представления о голосовом аппарате человека и выработать у них установки на соблюдение правил гигиены голоса с целью сохранения профессионального долголетия; познакомить студентов с основами анатомии, физиологии, акустики, патологии голосового аппарата, гигиены голоса, междисциплинарными знаниями.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Блок 1.В.В.02. Элективные дисциплины.

### 3. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ СОДЕРЖАНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих профессиональных компетенций:

- Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности (УК-7)
- Способен проводить учебные занятия по профессиональным дисциплинам (модулям) образовательных программ высшего, среднего профессионального и дополнительного профессионального образования по специальностям подготовки вокалистов и осуществлять оценку результатов освоения дисциплин (модулей) в процессе промежуточной аттестации (ПК-4)

#### **В результате освоения дисциплины студент должен:**

**Знать:** методы сохранения и укрепления физического здоровья в условиях полноценной социальной и профессиональной деятельности; социально-гуманитарную ценностную роль физической культуры и спорта в развитии личности и подготовке к профессиональной деятельности; роль физической культуры и принципы здорового образа жизни в развитии человека и его готовности к профессиональной деятельности; влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек; способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности; правила и способы планирования индивидуальных занятий различной целевой направленности; основы общей музыкальной и вокальной педагогики; необходимую вокально-методическую литературу.

**Уметь:** организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни; использовать творчески средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа и стиля жизни; выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, композиции ритмической и аэробной гимнастики, комплексы упражнения атлетической гимнастики; выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; преодолевать искусственные и естественные препятствия с использованием разнообразных способов передвижения; выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки; применять на практике различные педагогические методы и подходы в обучении пению.

**Владеть:** опытом спортивной деятельности, физическим самосовершенствованием и самовоспитанием; способностью к организации своей жизни в соответствии с социально-значимыми представлениями о здоровом образе жизни; методикой самостоятельных занятий и самоконтроля за состоянием своего организма, методикой повышения работоспособности, сохранения и укрепления здоровья и подготовки к профессиональной

деятельности и службе в Вооруженных Силах Российской Федерации; методикой организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях; методикой постановки интонационно-ритмических и художественно-исполнительских задач и оценки результатов их выполнения в процессе промежуточной аттестации.

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 4.1. Объем дисциплины, виды учебной деятельности и отчетности

Общий объем дисциплины составляет 3 зачетные единицы и включает в себя аудиторную (учебную: лекционную, практическую), самостоятельную работу, а также текущую, промежуточную аттестацию. Дисциплина ведется в течение одного семестра.

Вид учебной работы (очная форма обучения)	Зачетные единицы	Количество академических часов	Формы контроля (по семестрам)	
			Экзамен	Зачет
Общая трудоемкость	3	108		6
Аудиторные занятия		34		
Самостоятельная работа*		74		

##### 4.2. Содержание дисциплины, формы текущего, промежуточного, итогового контроля

№ п/п	Наименование тем и/или разделов/тем дисциплины  <b>Очная форма обучения</b>	Семестр	Виды учебной работы (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации <i>(по семестрам)</i>
			Лекции	Семинарские занятия	СРС	
1	Введение. Цели и задачи курса. Классификация голосов.	6	4		7	
2	Анатомо-функциональная организация голосового аппарата.	6	4		7	
3	Основы физиологии и акустики фонации.	6	4		7	
4	Речевой и певческий голос. Научные основы постановки голоса.	6	4		7	
5	Средства для снижения уровня заболеваемости голосового аппарата.	6	2		8	
6	Основные принципы гигиены голоса.	6	2		8	
7	Гигиена голоса детей и подростков, режим труда и голосовые нагрузки.	6	4		8	
8	Острые респираторные вирусные инфекции	6	4		7	
9	Профилактика заболеваний верхних дыхательных путей.	6	2	2	8	
10	Принципы закаливания	6	2		7	
Всего по дисциплине – 108**			34	2	74*	

\* В том числе экзамены - час.;

\*\* В том числе контактная работа — 36 час лекции, семинарские занятия, консультирование при подготовке реферата, экзамен.

### Содержание дисциплины

#### **Тема 1. Введение. Цели и задачи курса. Классификация голосов.**

Актуальность изучения основ голосоведения будущими профессионалами голоса. Научные знания о голосовом аппарате как показатель уровня подготовки будущего педагога. Его цели и задачи. Принцип междисциплинарной интеграции специалистов по голосу. Классификация лиц вокально-речевых профессий. Классификация взрослых и детских певческих голосов. Примеры оперных партий для каждого типа голоса.

#### **Тема 2. Анатомо-функциональная организация голосового аппарата.**

Принципы анатомо-функциональной организации отделов голосового аппарата: генераторного, энергетического, резонаторно-артикуляционного. Понятие об анатомии и функциях гортани. Дыхание в профессиональной речи и пении, его отличия от физиологического акта дыхания. Понятие о резонаторе и резонансе. Система резонаторов человека, формирование тембра. Значение резонанса в голосообразовании. Певческая опора, надставная труба. Резонансная теория искусства пения по В.П. Морозову.

#### **Тема 3. Основы физиологии фонации, основы акустики.**

Миоэластическая и нейрохронаксическая теории голосообразования. Значение ларингостробоскопического метода исследования для определения функционального состояния голосовых складок. Влияние центральной нервной системы на процесс голосообразования. Элементарная схема голосообразования. Головной и грудной регистры, особенности фонации в них. Фальцет, фальцетный механизм голосообразования.

#### **Тема 4. Речевой и певческий голос. Научные основы постановки голоса**

Речевой и певческий голос, их отличия. Понятие о речевых и певческих формантах, их физиологическое значение. Акустические методы исследования. Научные основы постановки голоса, постановка голоса как комплексный процесс. Понятие о рефлексе и динамическом стереотипе. Врождённые и приобретённые рефлексы. Певческое положение гортани, вибрато, тремоляция. ого аппарата. Речь как средство коммуникации. Понятие о второй сигнальной системе.

#### **Тема 5. Средства для снижения уровня заболеваемости голосового аппарата.**

Средства для снижения уровня заболеваемости голосового аппарата Принцип единства технической и художественной составляющей в профессиональном голосообразовании, значение для снижения уровня заболеваемости голосового аппарата. Речь как средство коммуникации. Понятие о второй сигнальной системе.

#### **Тема 6. Основные принципы гигиены голоса.**

Повышенная голосовая нагрузка как вредный производственный фактор, предварительные и периодические медицинские осмотры лиц вокально-речевых профессий, профотбор в фониатрической практике, пригодность к вокальным и речевым профессиям. Гигиенические и физиологические принципы обучения вокальным и речевым профессиям, принцип постепенности освоения вокальных трудностей.. Репертуар певца и принципы его подбора. Разучивание новых партий. Последствия исполнения несвойственных партий.

#### **Тема 7. Гигиена голоса детей и подростков,**

Принципы построения урока с ними. Пение в мутационный период. Функциональные и органические заболевания гортани, причины их возникновения и профилактика. Режим труда и отдыха лиц вокально-речевых профессий, понятие о нормах голосовых нагрузок.

Гигиена питания лиц вокальных и речевых профессий, влияние табачного дыма и алкоголя на голосовой аппарат заболеваний ЛОР органов. Влияние заболеваний различных органов и систем на голосовой аппарат.

#### **Тема 8. Острые респираторные вирусные инфекции.**

Понятие об острых респираторных вирусных инфекциях.

#### **Тема 9. Профилактика заболеваний верхних дыхательных путей.**

Профилактика и лечение острых и обострения хронических заболеваний верхних дыхательных путей. Основные принципы закаливания. Допустимые физические нагрузки вокалистов и драматических актёров.

#### **Тема 10. Принципы закаливания**

##### **4.3. Рекомендуемые образовательные технологии**

Комплекс образовательных технологий включает как традиционные, так и различные активные и интерактивные формы проведения лекций и практических занятий. Главной целью данных образовательных технологий должна быть самостоятельная и ответственная работа студента над учебным материалом. Реализация данной цели предполагает индивидуальную работу и работу в группе. Во время работы в группе необходимы взаимообмен информацией, совместная работа над учебным материалом. В ходе освоения дисциплины при проведении аудиторных занятий используются презентационные материалы с использованием медиа оборудования

### **5. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

В ходе освоения дисциплины рекомендуется сочетание лекционно-теоретического и практически-поискового метода, что значительно повышает эффективность усвоения материала рабочей программы. Уровень знания значительно оптимизирует система подготовки по рекомендованной литературе, содержащей прямые ссылки на авторов изучаемых дисциплин. Рекомендуемыми формами контроля эффективности изучения дисциплины являются семинарские занятия, тестирование, дискуссия, подготовка выступлений на НСО и написание самостоятельных письменных работ, обобщающих определенный тематический раздел.

Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометить важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Конспект лекции лучше подразделять на пункты, параграфы, соблюдая красную строку. Принципиальные места, определения, формулы и другое следует сопровождать замечаниями «важно», «особо важно», «хорошо запомнить» и т.п. Можно делать это и с помощью разноцветных маркеров или ручек. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.

Подготовка к каждому практическому занятию должна начинаться с ознакомления с планом семинарского занятия, который отражает содержание предложенной темы. Тщательное продумывание и изучение вопросов плана основывается на проработке текущего материала лекции, а затем изучения обязательной и дополнительной литературы, рекомендованную к данной теме. На основе индивидуальных предпочтений студенту можно самостоятельно выбрать тему доклада по проблеме семинара и по возможности подготовить по нему презентацию. Если предусмотрено выполнение практического

задания, то его необходимо выполнить с учетом предложенной инструкции (устно или письменно).

При подготовке к семинарским занятиям, необходимо обратить особое внимание на самостоятельное изучение рекомендованной учебно-методической (а также научной и популярной) литературы.

Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (указать текст из источника и др.), прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме и др.

Тема доклада (задания) должна соответствовать теме учебного занятия. Материалы при его подготовке, должны быть указаны в докладе. Необходимо соблюдать регламент, оговоренный при получении задания. Иллюстрации должны быть достаточными, но не чрезмерными. Для подготовки презентации рекомендуется использовать: Microsoft PowerPoint. Четко сформулировать цель презентации. Определить ключевые моменты в содержании текста и выделить их. Работа студента над докладом-презентацией включает отработку умения самостоятельно обобщать материал и делать выводы в заключении, умения ориентироваться в материале и отвечать на дополнительные вопросы слушателей, отработку навыков ораторства, умения проводить диспут.

Обязательное самостоятельное изучение теоретического материала студентами обеспечивает их подготовку к текущим аудиторным занятиям во время сессии. Результаты этой подготовки проявляются в активности студента на занятиях и качественном уровне выполненных самостоятельных работ, тестовых заданий. Самостоятельное изучение теоретического материала по данной дисциплине включает в себя: 1) текущую работу с лекционным материалом, предусматривающую проработку конспекта лекций и учебной литературы; 2) углубленный анализ научно-методической литературы, вынесенной на самостоятельную проработку (конспектирование, реферирование литературы, аннотирование статей, монографий и т.д.); 3) подготовку к практическим и семинарским занятиям; 4) подготовку к зачету (подготовка проекта).

## **6. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

Целью самостоятельной работы по учебной дисциплине, является развитие познавательной самостоятельности студентов; систематизации, закрепления и углубление теоретических знаний, формирование умений использовать различные источники информации, самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, развития исследовательских умений.

Задания являются конкретизацией лекционного материала и соответствуют основным его темам. Изучение курса предполагает выполнение следующих работ:

- поиск источников информации по заданной теме;
- изучение литературы по проблемам курса;
- работа с конспектом лекции (обработка текста);
- подготовку к контрольным работам;

Тестирование. Активное средство текущего контроля, организованное как список вопросов, содержащий различные варианты ответов и ориентированное на проверку и систематическую оценку знаний **специалистов** по темам / разделам дисциплины.

Дискуссия (обсуждения результатов работ). Интерактивное средство текущего контроля, организованное как аргументированное обсуждение проблемной темы в группе с целью выяснения различных точек зрения и улучшения взаимопонимания по теме.

Семинар в диалоговом режиме. Интерактивное средство текущего контроля, организованное в форме диалога, в ходе ассистенты-стажёры обсуждают проблемные вопросы, заранее предложенные преподавателем для самостоятельного обдумывания.

## **7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

В СКГИИ практикуется пятибалльная система оценки успеваемости обучающихся, которая позволяет преподавателю, как одновременно, так и накопительно, оценить уровень освоения материала обучающимися.

Краткие экспресс-вопросы, проводимые в конце каждой лекции, позволяют оценить только знания обучающихся, а развернутые ответы на семинарских занятиях, рефератов, проектов, позволяют определить уровень сформированности компетенции посредством проверки умений и навыков работы с текстом, таблицами, в непосредственном контакте с коллективом и педагогом. Критерии оценки освоения компетенции указаны в Положении о системе оценочных средств.

### **Вопросы к зачету:**

1. Классификация лиц вокально-речевых профессий.
2. Классификация взрослых певческих голосов с примерами оперных партий.
3. Классификация детских певческих голосов.
4. Генераторный отдел голосового аппарата.
5. Энергетический отдел голосового аппарата.
6. Резонаторно-артикуляционный отдел голосового аппарата.
7. Связь голосового аппарата с другими системами организма.
8. Теории голосообразования.
9. Определение функционального состояния голосовых складок.
10. Регистры. Механизмы голосообразования в них. Фальцет.
11. Характеристики вокального и речевого голоса, их отличия.
12. Речевые и певческие форманты.
13. Научные основы постановки голоса.
14. Голосовая нагрузка как вредный производственный фактор.
15. Профотбор в фониатрической практике.
16. Гигиенические и физиологические принципы обучения вокальным и речевым профессиям.
17. Основные принципы труда и отдыха лиц вокальных и речевых профессий.
18. Гигиена питания профессионалов голоса.
19. Влияние табачного дыма и спиртных напитков на голосовой аппарат.
20. Репертуар певца и принципы его подбора.
21. Разучивание новых партий. Последствия исполнения несвойственных партий.
22. Гигиена голоса детей и подростков.
23. Функциональные заболевания гортани.
24. Органические заболевания гортани.
25. Влияние заболеваний различных органов на голосовой аппарат.
26. Профилактика заболеваний верхних дыхательных путей.
27. Основные принципы и способы закаливания.

### **Самостоятельная работа**

При изучении теоретического курса нужно совмещать работу на лекциях с самостоятельным изучением учебного материала и конспектированием первоисточников. Самостоятельная работа студентов направлена на решение следующих задач:

- получение, обработка и сохранение источников информации;
- логическое мышление, навыки создания научных работ гуманитарного направления, ведения научных дискуссий;
- развитие навыков работы с разноплановыми источниками;

Контроль выполнения учебной работы является, контрольное задание, тестирование, реферат на предложенные темы и экзамен по дисциплине.

## 8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### Основная литература

1. Андреев В.И. Деловая риторика. – М., народное образование, 1995.
2. Вербова Н.П. и др. Искусство речи. – М., 1977
3. Викудович Л.М., Итина О. Логическое чтение. – М.: 1963
4. Дмитриев Л.Б. Основы вокальной методики. – М, 2004
5. Ивин А.А. Риторика: искусство убеждать. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2002.
6. Поль Л. Сопер Основы искусства речи. – Ростов Н/Д: Феникс, 1995.
7. Рудин Л.Б. Основы фонологии и гигиены голоса: курс лекций. М., 2008
8. Хазагеров Т.Г., Ширина Л.С. Общая риторика: курс лекций; Словарь риторических приёмов. – Ростов Н/Д: Феникс, 1999.

### Дополнительная литература

1. Бараш А.Б. Поэма о человеческом голосе. М., 2005.
2. Василенко Ю.С. Голос. Фонологические аспекты / Ю.С. Василенко. – М., 2002
3. Егоров А.М. Гигиена певца / А.М. Егоров. М., 1955
4. Морозов В.П. Искусство резонансного пения. Основы резонансной теории и техники / В.П. Морозов. М., 2002

### Интернет-ресурсы

1. Электронно-библиотечная система Северо-Кавказского государственного института искусств (<https://skgii.ru/biblioteka/>);
2. International Music Score Library Project ([www.imslp.org](http://www.imslp.org));
3. электронный портал «Культура» ([www.kultura-portal.ru](http://www.kultura-portal.ru));
4. электронный федеральный портал «Российское образование»([www.edu.ru](http://www.edu.ru));
5. база данных Российской Государственной библиотеки по искусству ([www.liart.ru](http://www.liart.ru));
6. электронный информационный ресурс российской Национальной библиотеки ([www.rsl.ru](http://www.rsl.ru));
7. Цифровой образовательный ресурс (цифровая библиотека) IPR SMART (<https://www.iprbookshop.ru/>)
8. Электронно-библиотечная система Znanium (<https://znanium.com/>)
9. Системе анализа текстов на наличие заимствований (Антиплагиат) - <https://skgii.antiplagiat.ru/>

## 9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Для реализации данной дисциплины имеются специальные помещения для проведения занятий лекционного типа, занятий лабораторного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы.

Учебно-методические материалы – учебники, методические пособия. Аудиовизуальные средства обучения – слайды, презентации, учебные фильмы.



Рабочая программа составлена с учётом требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования (ФГОС ВО) по специальности 53.05.04 Музыкально-театральное искусство, специализация «Искусство оперного пения».

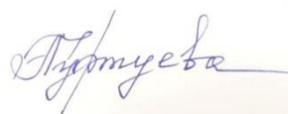
Программа утверждена на заседании кафедры 28 августа 2023 года, протокол №1

**Зав. Кафедрой: профессор**



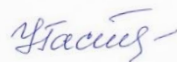
**Гасташева Н.К.**

**Разработчик: доцент**



**Гуртуева Л.Э.**

**Эксперт: профессор**



**Гасташева Н.К.**

