

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Рахаев Анатолий Измаилович
Должность: И. о. Ректора
Дата подписания: 05.09.2026 16:47:01
Уникальный программный ключ:
b049feef759df6f58f67585b9bb2502ddf293921

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

КАФЕДРА ВОКАЛЬНОГО ИСКУССТВА И ДИРИЖИРОВАНИЯ

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
2026

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**)

В результате освоения дисциплины студент должен:

Знать: методы сохранения и укрепления физического здоровья в условиях полноценной социальной и профессиональной деятельности; социально-гуманитарную роль физической культуры и спорта в развитии личности; роль физической культуры и принципы здорового образа жизни; 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;

Уметь: организовывать режим времени, приводящий к здоровому образу жизни; использовать средства и методы физического воспитания для профессионально-личностного развития, физического самосовершенствования, формирования здорового образа; выполнять индивидуально подобранные комплексы оздоровительной и адаптивной (лечебной) физической культуры, ритмической и аэробной гимнастики, упражнения атлетической гимнастики; выполнять простейшие приемы самомассажа и релаксации; выполнять приемы защиты и самообороны, страховки и самостраховки;

Владеть: опытом спортивной деятельности и физического самосовершенствования и самовоспитания; 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 организации и проведения индивидуального, коллективного и семейного отдыха и при участии в массовых спортивных соревнованиях.

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		Формы контроля (по семестрам)
--	---------------------	--	----------------------------------

		Количество академических часов	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 Очная форма обучения	Семестр	Виды учебной работы (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации (по семестрам)
			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.

Миеоэластическая 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 знаний 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; пометать 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 введена система текущего контроля в виде межсессионной (осенней и весенней аттестации) успеваемости студентов по всем предметам. Контроль за усвоением пройденного материала по предмету осуществляется в виде дифференцированных зачетов и экзаменов.

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.

При выставлении баллов необходимо учитывать требования к устной и письменной части задания.

(См. Приложение № 1 к Рабочей программе дисциплины)

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Основная литература

1. Андреев В.И. Деловая риторика. – М., народное образование, 1995.
2. Вербовая 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 фониатрии 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. Фониатрические 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

<http://imslp.org/>
<http://classic-online.ru/>
<http://intoclassics.net/>
<http://www.aveclassics.net/>
<http://classic.chubrik.ru/>
<http://classic-music.ws/>

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 от 29 июня 2026 года, протокол №10

Зав. Кафедрой: профессор



Гасташева Н.К.

Разработчик: доцент



Гуртуева Л.Э.

Эксперт: профессор



Гасташева Н.К.