

the effective use of relevant competencies to analyze and solve problems. In addition, they should give creative tasks that require the use of acquired research skills.

Key words: high school, organization of student research work, vocational training, future teacher.

Дата надходження статті: 15.01.2020 р.

Рецензент: доктор педагогічних наук, доцент Окольніча Т. В.

УДК [613:612]:378

DOI <https://doi.org/10.37915/pa.vi45.84>

Шмалей С. В.;

orcid.org/0000-0002-4673-6617

Цюра К. М.;

orcid.org/0000-0001-9872-3773

ОРГАНІЗАЦІЙНО-ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСАДИ ОХОРОНИ ТА ГІГІЄНИ ГОЛОСУ ВЧИТЕЛІВ МУЗИЧНИХ ДИСЦИПЛІН

У статті здійснено обґрунтування організаційно-педагогічної системи охорони та гігієни голосу вчителів музичних дисциплін у процесі вокально-педагогічної діяльності, обґрунтовано оздоровчо-організаційні, вокально-педагогічні та ергономіко-організаційні впливи, визначено етапи, принципи і методи реалізації системи, розроблено комплекс саногенних заходів.

Досліджено стан професійного здоров'я вчителів музичних дисциплін, що виявило високий рівень захворюваності органів голосоутворення в порівнянні з фахівцями вокальних, голосових та неголосових спеціальностей. З'ясовано структуру захворювань учителів музичних дисциплін. Установлено, що у вчителів музичних дисциплін достовірно домінують гострі форми захворювань гортані (ларингіт, афонія, дистонія) та ускладнення функціональних характеристик голосоутворення в порівнянні з фахівцями інших професій.

Розроблено систему охорони та гігієни вчителів музичних дисциплін, яка містить оздоровчо-організаційний, ергономіко-організаційний та діяльнісно-організаційний компоненти, взаємодія яких реалізується за базовими принципами (системності, концентричності; інтегративності, превентивності, індивідуалізації; діяльнісний, спонукання, формування вокально-слухової уяви звуку-образу, єдності художнього і вокально-технічного розвитку, культуровідповідності, ціннісної побудови репертуару) та відповідними засобами та методами. Виокремленні компоненти, дієвість обраних форм та прийомів забезпечують формування гігієнічних, вокально-артикуляційних та психолого-педагогічних вмінь та навичок вчителів музичних дисциплін.

Охорона та гігієна голосу вчителів музичних дисциплін досягається цілеспрямованим послідовним упровадженням системи спеціальних психолого-педагогічних, саногенних, ергономічних та вокально-технічних дій та заходів.

Ключові слова: організаційно-педагогічні засади, охорона та гігієна голосу, вчителі музичних дисциплін

Постановка проблеми. Професійна діяльність педагогічного працівника в загалі та вчителя музичних дисциплін зокрема характеризується зростанням напруження у психологічному, соціальному, медико-біологічному аспекті, що ускладнюється ескалацією стресових факторів та складністю вокально-педагогічного та розмовного навантаження. Учитель музичних дисциплін витримує надмірні навантаження на голос,

*© Шмалей С. В.

*© Цюра К. М.

що підвищує вимоги до голосового апарату й голосоутворення, виснажує природні захисні можливості й вимагає системної голосозбережувальної стратегії [1; 2; 5; 20].

Аналіз досліджень. У сучасній науковій літературі представлені дослідження щодо професійного становлення й розвитку голосу, теорій голосоутворення, фізіологічних основ постановки голосу та вокального дихання, норм професійного голосового режиму та саногенності умов праці [3; 9; 12; 15]. У той же час програми охорони та гігієни голосу вчителів музичних дисциплін недостатньо обґрунтовані, розроблені й упроваджені в професійну діяльність педагогів, що й зумовило проведення цього дослідження.

Проблеми теорії голосоутворення, гігієни голосу, причин виникнення розладів голосу, методики формування мовного та вокального голосу, типу співочого дихання досліджені в ґрунтовних наукових роботах [7; 12; 15]. Зокрема, учені відзначають, що розуміння характеристик нормального голосу, який забезпечує ефективність вербального спілкування та вокальний спів, указує на приємність звука, балансу ротового та носового резонансу, достатню гучність [18, с. 48]. Швидкість мовлення та висота основного тону фонацій повинні відповідати віку, розмірам тіла й статі. Голос характеризується модуляціями у відповідному діапазоні [3, с. 24].

Голосова діяльність педагога музиканта має змістовні характеристики. По-перше, така діяльність має ознаки лекційно-ораторської роботи, яка зосереджена на викладі навчального матеріалу, мотивації щодо вивчення предмета, емоційному впливі, що передбачає роботу голосу в співочому (мовному) режимі в поєднанні з образно-емоційною акторською виразністю. Вокальна діяльність педагога-музиканта характеризується рисами концертного виконання та специфічними особливостями вокально-виконавської діяльності, що відображає різножанровість вокально-педагогічного матеріалу. Безперечно, педагог-музикант, який викладає музичні дисципліни та займається вокально-хоровою роботою, повинен володіти вокальним слухом і голосом, знати анатомію і фізіологію голосового апарату, учити учнів дотримуватись правил загальної та індивідуальної гігієни всього організму, режиму праці; систематично проводити профілактику захворювань голосового апарату, правильно добирати вокально-хоровий репертуар, щоб не допускати форсування голосу [1, с. 53; 11, с. 20; 13, с. 12].

У науковій літературі вказуються причини голосових порушень та характеристики стійких змін гортані, які виникають при довготривалому голосовому навантаженні без відпочинку. Професійними порушеннями голосу вважають захворювання, які базуються на систематичній перенапрузі голосу та грубих порушень техніки голосу утворення. Розлад голосової функції розглядається як прояв змін анатомічних елементів гортані, нервово-м'язового апарату та різних відділів центральної нервової системи, які певним чином впливають на розвиток захворювань. При постійному перенапруженні та нехтуванні вимогами гігієни голосу утрачає блиск, слабшає, змінюється тембр, зменшується діапазон, виникає задуха, голос стає сиплим [16, с. 212]. Отже, охорона голосу – це рівень знань, вмінь і навичок, які забезпечують умови гігієни голосу, профілактику і корекцію робочих напружень голосу з урахуванням конкретних завдань, специфіки умов голосової діяльності та індивідуальних особливостей.

Дослідники відзначають, що в умовах розвитку сучасної вокальної традиції виникає необхідність подальшого вивчення правил гігієни та охорони голосу педагога-музиканта. Голосозбереження педагога-музиканта аналізують як єдність дій таких напрямів: по-перше, функціональні можливості голосу людини і стан здоров'я розглядають як взаємопов'язану систему; по-друге, правила загальної та індивідуальної гігієни організму та режиму роботи голосоутворювальної системи залежить від здорового способу життя; по-третє, правильна експлуатація голосу створює

максимально стабільні умови для функціонування голосового апарату людини протягом життя [4, с. 23; 7, с. 147; 8, с. 94].

Мета статті полягає в науковому обґрунтуванні та в розробці системи охорони та гігієни голосу вчителів музичних дисциплін.

Виклад основного матеріалу Голосом називають усі звуки, які утворюють голосовий апарат людини. Відзначають, що голос може бути розмовним, співацьким, шепітним, виражати всю гаму почуттів, складність і точність думки, зміни настрою. Психологічні навантаження, які накопичуються протягом навчального дня та багаторічної педагогічної роботи в музичній сфері, впливають на роботу голосового апарату. На першому етапі дослідження з'ясувалися професійні навантаження та порушення голосового апарату внаслідок діяльності.

З метою з'ясування проблем професійно-голосової діяльності проводилися анкетування, опитування та бесіди з педагогами та студентами напряму підготовки «Музичне мистецтво». Результати опитування свідчать, що учасники оцінюють актуальність питань таким чином: актуальність питань щодо охорони голосу педагога-музиканта складає 85,3 % (студенти) та 100 % (педагоги); необхідність упровадження рекомендацій щодо охорони голосу в навчально-виховний процес 92,3 % (студенти) та 76 % (педагоги); відзначають важливість загальної та індивідуальної гігієни всього організму – 94 % (студенти) та 98 % (педагоги); необхідність вивчення теоретичних питань, які обґрунтовують бережливе використання голосового апарату у професійній діяльності – 90 % (студенти) та 96 % (педагоги).

З метою з'ясування стану професійного здоров'я вчителів музичних дисциплін організовано експериментальне дослідження, до якого залучили 50 педагогів музичних дисциплін. Усі учасники експерименту є повнолітніми (25–60 років). За згодою учасники експерименту відповідали на питання анкети, яка розроблена для вчителів музичних дисциплін та модифікована для представників неголосових професій. Додатково проводився хронометраж робочого дня вчителів музичних дисциплін, ознайомлення з висновками фоніатра та отоларинголога [5, с. 110; 6, с. 300].

Учителі музичних дисциплін суттєво частіше й більше хворіють на порушення лор-органів та системи дихання (156 випадків на 50 опитаних). У групі вчителів музичних дисциплін найбільш часто хворіють на функціональну дисфонію (33 випадки), гострий ларингіт (32 випадки), фонастенію (19 випадків) та хронічний ларингіт. У сукупності захворювань учителів музичних дисциплін встановлено такий розподіл: 20 % – гострий ларингіт; 12 % – хронічний ларингіт; 10 % – хронічний ларингіт, спастична дистонія; 5 % – функціональна афонія; 21 % – функціональна дисфонія; 12 % – фонастенія; 2,5 % – новоутворення гортані; 3,2 % – парези голосових складок; 1 % – вузлики співаків; 10 % – інші захворювання (серцево-судинної, нервової, опорно-рухової систем). Стан професійного здоров'я взагалі та збереження голосу зокрема ускладнюються у вчителів музичних дисциплін поєднанням 2–3 захворювань. Очевидно, що структура голосових захворювань та порушень у вчителів музичних дисциплін вказує на високу частотність виникнення гострих та хронічних запалень гортані, що в подальшому викликає хронічні ускладнення різного типу. Без сумніву, зазначені прояви детермінують активні, превентивні, профілактичні засоби й заходи загартування, раціонального харчування, дихальної гімнастики, гігієни повітряного режиму та загального режиму праці і відпочинку. Виявлені хронізації патологій та відтерміновані ускладнення – афонія, дистонія, фонастенія – у викладачів музичних дисциплін указують на доцільність упровадження комплексних профілактичних та відновлювальних програм вокального, артикуляційного, кінезіотерапевтичного, психотерапевтичного спрямування. Отже, аналіз нозологічних показників захворюваності вчителів музичних дисциплін указує на фаховоорієнтовані чинники

й наслідки ризиків професійної діяльності, що може бути знижено системною роботою з охорони та гігієни голосу.

Ураховуючи змішаний склад групи вчителів музичних дисциплін за віковим критерієм та наявністю стажу вокально-педагогічної роботи, виокремлено 5 груп (I – до 5 років, II – 5–10 років, III – 10–15 років, IV – 15–20 років, V – понад 20), представлених у таблиці 1.

Таблиця 1

Стан професійного здоров'я вчителів музичних дисциплін з різним професійним стажем

Захворювання		Стаж вокально-педагогічної роботи, роки				
		<5	5-10	10-15	15-20	>20
Захворювання ЛОР-органів та системи дихання	Кількість учителів	10	10	10	10	10
	Гострий ларингіт	8	8	7	5	4
	Хронічний ларингіт	2	3	4	5	5
	Спастична дисфонія	1	3	3	4	4
	Функціональна афонія	1	2	1	2	2
	Функціональна дисфонія	4	6	7	7	8
	Фонастенія	1	3	5	5	5
	Пубертатна дисфонія					
	Новоутворення гортані			1	2	1
	Парези голосових складок					
	Параліч поворотного гортанного нерва			1	2	2
	Крововилив в голосову складку					
	Вузлики співаків				1	
Захворювання нервової системи				1	1	1
Захворювання серцево-судинної системи					2	2
Захворювання опорно-рухової системи		1	2	2	2	2
Шкідливі звички		2	2	2	2	1

Виявлені показники вказують на значну кількість гострих захворювань гортані у представників, які мають професійний стаж до 10 років. Порушення та хронізація патологій та ускладнення голосоутворення та голосоведення виявлені групи викладачів вокальних дисциплін, які мають професійний стаж понад 10 років. У процесі збільшення професійного стажу зафіксовано прояв захворювань нервової та серцево-судинної системи, а порушення опорно-рухової системи та шкідливі звички, притаманні опитуваним незалежно від стажної групи. Такий розподіл захворювань учителів музичних дисциплін у контексті професійного стажу орієнтує на впровадження програм ергономічного та вокально-виконавського спрямування з метою усунення ускладнень розмовного, сценічного та вокального голосу.

Проведений аналіз наукових джерел й оцінка стану професійного здоров'я вчителів музичних дисциплін указує на недостатню реалізацію комплексних заходів щодо збереження, гігієни голосу педагогів музичних дисциплін.

Причини голосових розладів полягають у тому, що педагог у сприйнятті власного голосу не визначає різницю між природним голосом та вчительським голосом. Природний голос виокремлює особистісну індивідуальність людини. Учительський голос, як правило, гучний, напружений, оскільки вчитель завжди готовий власним голосом перекрити звукові перешкоди аудиторії, щоб його почули всі учні. Природний голос учителя блокується, змінюється під впливом фізичних, психічних,

інтелектуальних, емоційних напружень, які супроводжують його протягом навчального дня. Учитель музичних дисциплін має як вербальне, так і вокальне навантаження, оскільки він повинен і говорити, і співати. Крім того, голос не може працювати відповідно до реальних можливостей, якщо енергетичний базис не підтримується диханням. Якщо дихання поверхневе, а не глибоке, голос залежить від напруження в горлі і м'язах рота, які компенсують слабкість дихання. Напруження в горлі і в м'язах рота виникають за умов вираження сильних почуттів. М'язи посилюють виразність звуку, але голос стає монотонним. При напруженні м'язів голосові зв'язки втрачають еластичність, здатність до вібрації, відзначаються утворення вузликів, і внаслідок цього голос стає скрипучим та хриплим, спостерігається фаринголарингіт та афонія [11, с. 28; 16, с. 138].

Вокальний процес забезпечується дихальним апаратом, а порушення нормальної функції дихання обмежує голосовий апарат щодо голосової (вокальної або мовної) функції. Голос втрачає точність звучання, тембр, діапазон, силу. Педагогу-музиканту необхідно звертати увагу на профілактику інфекційних та вірусних захворювань, які погіршують звукоутворення. Ефективне функціонування голосового апарату не можливе без загального загартування організму. Зміцнення голосу детермінується заняттями фізичною культурою, загартуванням, раціональною організацією режиму праці і відпочинку, доцільною дієтою [6, с. 8; 12, с. 48; 19, с. 14].

Навчально-освітній етап кожного педагога-музиканта сприяє накопиченню знань щодо охорони та гігієни голосу, створенню сприятливих умов вокальної роботи: формування професійних вокальних навичок, дотримання голосового режиму (відпочинок голосового апарату); створення відповідних умов для виконавської діяльності: усунення зовнішніх подразників, налагодження звукоізоляції навчальній аудиторії, виконання гігієнічних норм. Важливо донести до викладача й учнівської молоді ґрунтовні уявлення щодо функції голосового апарату та саногенних умов співу, оскільки тривалий спів або спів із значним посиленням та напрузі може викликати перевтому голосового апарату, спазм гортані, крововилив у голосовій складці. З метою профілактики ускладнень та збереження голосового апарату рекомендують дотримуватись правил загальної та індивідуальної гігієни всього організму та режиму голосоутворювальної системи [6, с. 64; 7, с. 210; 8, с. 139; 13, с. 14].

Відповідно до завдань охорони голосових складок рекомендують дотримуватись таких правил: не перевантажувати роботу голосових складок голосним співом і криком; не співати довго у високій теситурі, оскільки це зумовлює втому голосових складок; усунути паління та використання алкогольних напоїв, щоб не ушкоджувати слизову оболонку; захищати гортань від різких перепадів температури (холодні та гарячі напої, низькі температури довшілля) [8, с. 120]. Майстерність та професіоналізм педагога-музиканта виявляються в забезпеченні діяльності дихального апарату таким чином, щоб захистити зв'язки з боку дихання та зберегти достане дотримання організмом кисню [16, с. 45].

Суттєвим недоліком співу є в'ялість артикуляції. Пропонується використовувати дзеркало для контролю за роботою органів мовлення. Для формування професійної артикуляції та дикції, насамперед, необхідно зміцнювати м'язи язика, губ та нижньої щелепи [9, с. 106].

Важливою проблемою професійної діяльності педагога-музиканта є забарвлення голосу. Без сумніву, нормальний голос, який забезпечує ефективне мовне спілкування та вокальний спів, повинен бути приємним, збалансованим за високим та низьким резонансом, достатньо гучним. Відзначають, що тембр голосу є індивідуальним і майже не піддається змінам. Деякі недоліки голосу (гугнявість, хрипоту) можна усунути тренуваннями, але тембр голосу має неповторність, завдяки якій ми відрізняємо голоси людей. Тембр голосу, індивідуальне забарвлення визначається темпом, силою,

багатством інтонації, мелодичністю мовлення (висота звучання, варіативність, діапазон) та індивідуальними особливостями артикуляції [8, с. 160].

Найважливішими професійними якостями голосу є благозвучність (чистота та ясність голосу, відсутність неприємних ознак); широта діапазону (інтервал між найнижчим та найвищим звуком, який людина може вимовити або проспівати); гнучкість та рухливість (здатність голосу плавно та м'яко переходити з однієї висоти звуку на іншу, з тихого звуку на гучний, змішувати регістри); якісна чутність голосу; завадостійкість (здатність голосу протидіяти звуковим перепонам та пристосовуватись до акустичної ситуації, що залежить від правильної дикції та звучності голосу); експресивність та виразність (здатність голосу та інтонації емоційно впливати на слухачів в залежності від змісту) [14, с. 310].

Отже, ефективними методиками в процесі моделювання розробки щодо охорони та гігієни голосу визнані: науково-теоретична підготовка, вплив музично-емоційним матеріалом, метод вокально-виконавської підготовки, метод вокально-педагогічної підготовки [7, с. 270; 15, с. 134; 17, с. 24].

Зважаючи на результати теоретичного аналізу та отримані експериментальні дані, обґрунтовано та розроблено систему охорони та гігієни голосу вчителя музичних дисциплін (рис. 1).

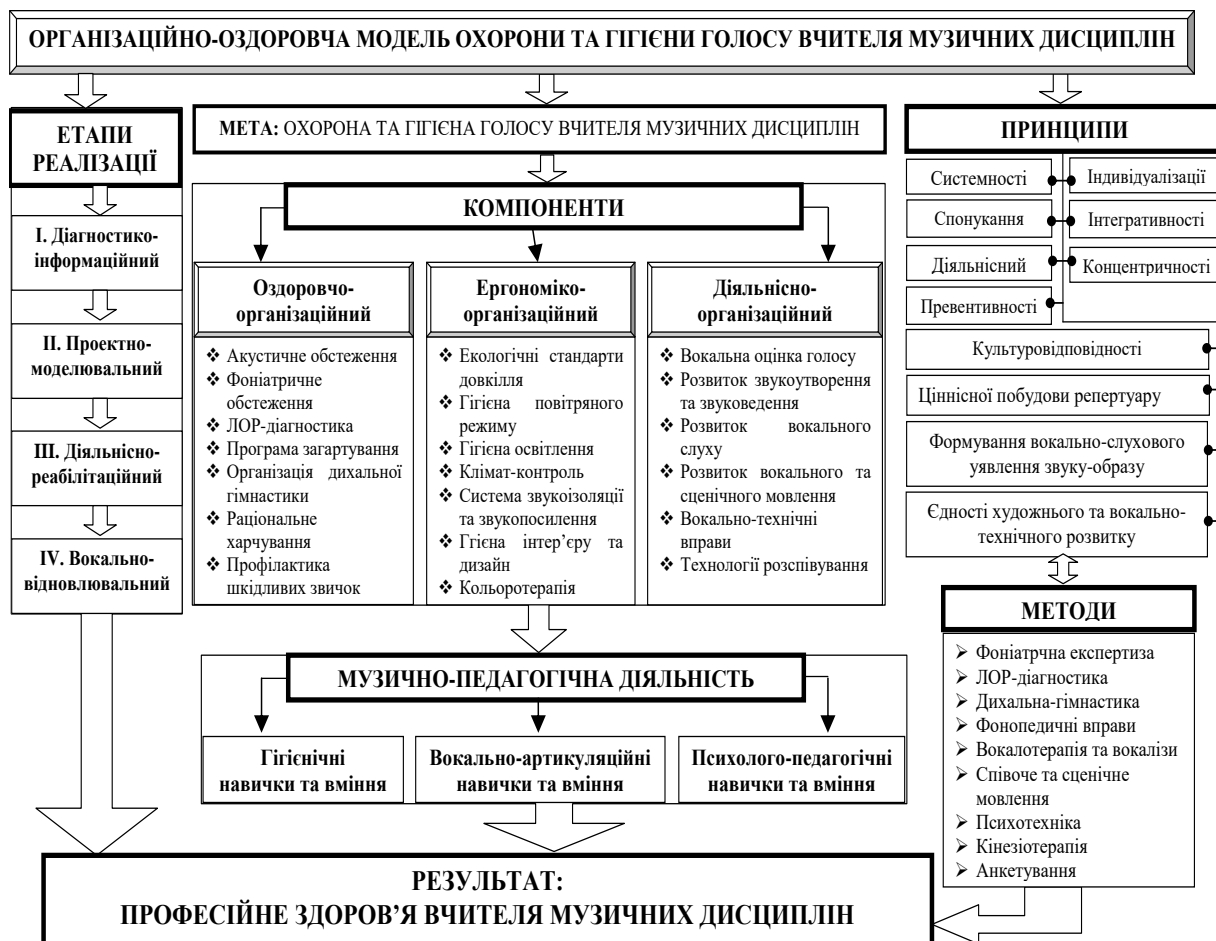


Рис. 1. Система охорони та гігієни голосу викладачів музичних дисциплін

Визначено, що система охорони та гігієни голосу вчителя музичних дисциплін є інтегративним утворенням, яке об'єднує оздоровчо-організаційний, ергономіко-організаційний та діяльнісно-організаційний компоненти.

Виявлено, що продуктивність система охорони та гігієни голосу вчителя музичних дисциплін реалізується послідовністю етапів: діагностико-інформаційного; проектно-моделювального; діяльнісно-реабілітаційного; вокально-відновлювального.

Поліфункціональний методичний та технологічний інструментарій адекватно виокремлюється на кожному етапі. З метою аналізу функціональних характеристик голосу проводять анкетування; хронометраж; аналіз медичних карток; акустичне, фоніатричне, лор-діагностичне обстеження, ергономічну експертизу навчальних приміщень; екологічну стандартизацію місцевості проживання, обґрунтовують індивідуальні програми раціонального харчування, загартування та дихальних вправ; превентивно про система охорони та гігієни голосу вчителя музичних дисциплін профілактику шкідливих звичок .

Взаємовплив та взаємодоповнення змістових складових компонентів систем забезпечується впровадженнями заходів на підґрунті вихідних принципів: системності, інтегративності, концентричності, індивідуалізації, діяльнісного, превентивності, спонукання, культуровідповідності, ціннісної побудови репертуару, формування, вокально-слухового уявлення звуку-образу, єдності художнього та вокально-технічного розвитку [7, с. 45-46; 15, с. 32].

Кожен компонент комплексно об'єднує певні змістові заходи. Зокрема, реалізація оздоровчо-організаційного компоненту забезпечується акустичним та фоніатричним обстеженням, лор-діагностикою голосових характеристик учителя музичної дисципліни, обґрунтуванням індивідуальних програм загартування, дихальної гімнастики, раціонального харчування, гігієни постави та рухової активності.

Ергономіко-організаційний компонент присвячується саногенній експертизі довкілля та виробничих умов діяльності вчителя музичних дисциплін, що супроводжується оцінкою гігієни освітлення та повітряного режиму, клімат-контролем, екологічною стандартизацією середовища, аналізом систем звукоізоляції, звукопосилення, кольоротерапією.

Діяльнісно-організаційний компонент реалізується шляхом проведення вокальної оцінки голосу, розвитком звукоутворення, звуковедення, вокального слуху, вокального та сценічного мовлення, вокально-технічних навичок та технологій розспівування. Зважаючи на індивідуальні характеристики голосу вчителів музичних дисциплін, добирають методіку організації музично-педагогічних та вокально-відновлювальних занять, які детермінують форму й методи вокально-педагогічних впливів, виокремлюють спеціальні фонопедичні, вокальні терапевтичні вправи та вокалізи, методи співочого сценічного мовлення прийоми психотехніки та кінезіотерапії. Зазначені форми, методи, прийоми, технології та техніки організовують музично-педагогічну діяльність вчителя музичних дисциплін, який володіє гігієнічними, вокально-артикуляційними та психолого-педагогічними навичками і вміннями, що сприяє становленню й збереженню професійного здоров'я вчителя музичних дисциплін.

Упровадження в навчально-освітній процес запропонованої моделі щодо організаційних засад охорони та гігієни голосу педагога-музиканта дозволить зменшити прояви розладів голосового апарату, які пов'язані з професійною вокально-мовленнєвою діяльністю.

Висновки. У дослідженні здійснено обґрунтування організаційно-педагогічної системи охорони та гігієни голосу вчителів музичних дисциплін у процесі вокально-педагогічної діяльності, обґрунтовано оздоровчо-організаційні, вокально-педагогічні та ергономіко-організаційні впливи, визначено етапи, принципи й методи реалізації системи, розроблено комплекс саногенних заходів, що дозволило сформулювати такі висновки.

Порівняльний аналіз теоретичних позицій щодо охорони та гігієни голосу вчителів музичних дисциплін свідчить, що в організаційно-педагогічному, ергономіко-оздоровчому та музично-педагогічному контексті утверджується позиція необхідності розробки й упровадження нового змісту й вибору продуктивних напрямів вокально-оздоровчих впливів на професійну діяльність педагогів-вокалістів.

Досліджено стан професійного здоров'я вчителів музичних дисциплін, що виявило високий рівень захворюваності органів голосоутворення. З'ясовано структуру захворювань учителів музичних дисциплін. Установлено, що у вчителів музичних дисциплін достовірно домінують гострі форми захворювань гортані (ларингіт, афонія, дистонія) та ускладнення функціональних характеристик голосоутворення

За результатами аналізу й узагальнення теоретичних джерел розроблено систему охорони та гігієни вчителів музичних дисциплін, яка містить оздоровчо-організаційний, ергономіко-організаційний та діяльнісно-організаційний компоненти, взаємодія яких реалізується за базовими принципами (системності, концентричності; інтегративності, превентивності, індивідуалізації; діяльнісного, спонукання, формування вокально-слухової уяви звуку-образу, єдності художнього і вокально-технічного розвитку, культуровідповідності, ціннісної побудови репертуару) та відповідними засобами та методами. Виокремлені компоненти, дієвість обраних форм та прийомів забезпечують формування гігієнічних, вокально-артикуляційних та психолого-педагогічних умінь та навичок учителів музичних дисциплін.

Перспективним та доцільним для подальшого наукового пошуку вбачається обґрунтування та реалізація методичних превентивних та реабілітаційних голосозбережувальних рекомендацій для педагогів музичних дисциплін. Узагальнюючи, важливо вказати, що охорона та гігієна голосу вчителів музичних дисциплін досягається цілеспрямованим послідовним упровадженням системи спеціальних психолого-педагогічних, саногенних, ергономічних та вокально-технічних дій та заходів.

Список використаних джерел:

1. Антонюк В. Г. Вокальна педагогіка. К. : Музика, 2007. 145 с.
2. Барвинская Е. М., Глушакова Т. И. Охрана голоса – актуальная проблема подготовки студентов музыкально-педагогических факультетов к профессиональной деятельности. *Воспитание культуры личности современного школьника и студента в системе музыкально-эстетического образования: материалы региональной научно-практ. конф.* (Липецк, 24–25 октября 2006), Липецк : ЛГПУ, 2006. С. 22–26.
3. Василенко Ю. С. Профессиональные нарушения голоса у лиц речевых профессий, их лечение и профилактика : автореф. ... дис. д-ра мед. наук 14.00.01 / Ленинградский государственный медицинский институт, Ленинград, 1974. 36 с.
4. Василенко Л. М. Значення вокально-методичної підготовки в професійному становленні майбутнього вчителя музики. *Наука і сучасність*. Київ, 2000. Вип. 2. Ч. 3. С. 22–29.
5. Гребенюк Н. Є. Вокально-виконавська творчість: психолого-педагогічний та музикознавчий аспекти. К. : НМАУ ім. П. Чайковського, 1999. 243 с.
6. Дедковская Е.Г. Охрана и гигиена певческого голоса педагога-музыканта. *Вестник Мазырскага дзяржаўнага педагагічнага ўніверсітэта імя І.П. Шамякіна*. Мозырь, 2012. Выпуск № 4 (37). С. 63–69.
7. Дмитриев Л. Б. Основы вокальной методики. М. : Музыка, 2000. 368 с.
8. Емельянов В. В. Развитие голоса. Координация и тренинг. СПб. : Лань, 2010. 193 с.
9. Жинкин Н. И. Механизмы речи. М. : Наука, 1958. 230 с.
10. Жишквич М. Основы вокально-педагогических навыков. Методичні поради для студентів вокальних факультетів вищих навчальних закладів культури і мистецтв III–IV рівнів акредитації. Львів : Афіша, 2007. 43 с.
11. Злобин К. В. Физиология пения в профилактике заболеваний голоса певцов. Л. : Медгиз, 1958. 136 с.
12. Люш Д. Развитие и охрана певческого голоса. К. : Муз. Україна, 1988. 138 с.

13. Маруфенко О. Формування вокально-слухових навичок майбутнього вчителя музики : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02 / Сумський державний педагогічний університет імені А. С. Макаренка. Суми, 2007. 20 с.
14. Морозов В. П. Искусство резонансного пения. Основы резонансной теории и техники. М. : Искусство и наука, 2002. 496 с.
15. Олексюк О. М. Музична педагогіка. К. : КНУКіМ, 2006. 188 с.
16. Тагилова Ф. Г. Пульмонологическая и фониатрическая характеристика функции внешнего дыхания людей голосовых профессий. Казань : КМИ, 1972. 216 с.
17. Урбанович Г. Певческий голос учителя музыки. М. : Музыка, 1977. С. 23–33.
18. Чайка В. Мистецтво творити голосом: роль психофізіологічного стану студента у розвитку вокальної майстерності. Львів : Місіонер, 2008. 104 с.
19. Шамшева Т. Е. Методические указания о диагностике и лечении профессиональных заболеваний голосового аппарата. Л. : Медицина, 1969. 148 с.
20. Шмалей С. В Професійне здоров'я сучасного педагога. *Техногенно-екологічна безпека України: стан та перспективи розвитку*: матеріали Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції (Ірпінь, 12-19 листопада 2019). Ірпінь : НУФС, 2019. С. 326.

References:

1. Antonyuk, V. G. (2007). *Vokalna pedagogika* [Vocal pedagogy]. Kyiv: Muzyka [in Ukrainian].
2. Barvinskaya, E. M., & Glushkova, T. I. (2006). Okhrana golosa – aktualnaya problema podgotovki studentov muzykalno-pedagogicheskikh fakultetov k professionalnoy deyatel'nosti [Voice protection is an urgent problem of training students and professional activiti], *Vospitaniye kuitury lichnosti sovremenogo shkolnika i studenta v sisteme muzukalno-esteticheskogo obrazovaniya*, materialy regional'noy nauchno-praktychnoy konferentsii [Education of the personality culture of a modern schoolchild and student in the system of musical and education, Proceedings of the Regional Scientific and Practical Conference]. Lipets [in Russian].
3. Vasylenko, Y. S. (1974). *Professionalnye narysheniya golosa u lits rechevykh professiy, ikh profilaktika* [Professional voice disorders in persons of speech professions, their prevention]. (Extended abstract of Doctor's thesis). Leningrad State Medical Institute. Leningrad [in Russian].
4. Vasylenko, L. M. (2000). Znachennya vokalno-metodichnoyi pidhotovky v profesiynomu stanovlenni maybutnogo vchytelya muzyky [The importance of vocal and methodological training in the professional development of the future music teacher]. *Nayka i suchasnist*, 2, 22–29 [in Ukrainian].
5. Grebenyuk, N. E. (1999). *Vokalno-vykonavska tvorchist: psyholoho-pedahohichnyy ta muzykoznavchyy aspekty* [Vocal-performing creativity: psychological-pedagogical and musicological aspects]. Kyiv: NMAU [in Ukrainian].
6. Dedkovskaya, E. G. (2012). Okhrana i gigiena pevcheskogo golosa pedagoga – muzykanta. [Protection and hygen of the singing voice of the teacher-musician]. *Vesnik Mazyr'skogo dzyarzhavnogo pedagogichnogo universyteta imya I. P. Shamyakina*, 4, 63–69 [in Belarusian].
7. Dmitriyev, L. B. (2000). *Osnovy vokalnoy metodiki* [Basis of vocal technique]. Moscow: Muzyka [in Russian].
8. Emelyanov, V. V. (2010). *Razvitiye golosa. Koordinatsiya i trening* [Development of voice. Coordination and training]. St. Petersburg: Lan [in Russian].
9. Zhinkin, N. I. (1958). *Mekhanizmy rechi* [Speech mechanisms]. Moscow: Nauka [in Russian].
10. Zhyvkovych, M. (2007). *Osnovy vokalno-pedahohichnykh navykiv* [Basics of vocal and pedagogical skills]. Lviv: Afisha [in Ukrainian].
11. Zlobin, K. (1958). *Fiziologiya peniya v profilactike zabojevanij golosa pevtsov* [The physiology of singing in the prevention of diseases of the voice of singers]. Lviv: Medgiz [in Ukrainian].
12. Lyush, D. (1988). *Rozvutok i okhorona spivatskogo golosy* [Development and protection of the singing voice]. Kyiv: Muz. Ukraina [in Ukrainian].
13. Marufenko, O. (2007). *Formuvannya vokalno-sluhovykh navychok majbutnego vchytelya muzyki* [Formation of vocal and auditory skills of the future music teacher]. (Extended abstract of Doctor's thesis). Sumy State Pedagogical University named after A. S. Makarenka. Sumy [in Ukrainian].
14. Morozov, V. P. (2002). *Iskusstvo resonansnogo peniya. Osnovy resonansnoy teorii Itekhniki* [The art of resonant singing. Fundamentals of resonant theory and technology]. Moscow: Iskusstvo i nauka [in Russian].

15. Oleksyuk, O. M. (2006). *Muzychna pedagogika* [Music pedagogy]. Kyiv: KNUKiM [in Ukrainian].
16. Tagirova, F. G. (1972). *Pulmologicheskaya i foniatricheskaya harakteristika funkcii vneshnego dyhaniya ludeyi golosovikh professiyi* [Pulmonary and phoniatic characteristics of the function of the external respiration of people voice professions]. Kazan: KMI [in Russian].
17. Urbanovich, G. (1977). *Pevcheskiyi golos uchitelya muzyki* [Music teacher's singing voice]. Moscow: Muzyka [in Russian].
18. Chayika, V. (2008). *Mystetstvo tvoryty golosom: rol psychofiziologichnogo stanu studenta u rozvytku vokalnoi mayisternosti* [The art of creating with the voice: the role of the student's psychophysiological state in the development of vocal skills]. Lviv: Missioner [in Ukrainian].
19. Shamsheva, T. E. (1969). *Metodicheskie ukazaniya o diagnostike i lechenii professionalnykh zabolovaniyi golsovogo apparata* [Diagnostic and treatment guidelines occupational diseases of the vocal apparatus]. Leningrad: Medicina [in Russian].
20. Shmaley, S. V. (2019). Profesiyine zdoroviya suchasnogo pedagoga [Professional health of a modern teacher], *Technogeno-ekologichna bezpeka Ukrainy: stan ta perspektyvy rozvytku*, materialy Vseukrainskoi naukovo-practuchnoi internet-conferencii [Technogenic and ecological safety of Ukraine: state and prospects of development, Proceedings of the All-Ukrainian Scientific and Practical Internet Conference]. Irpen [in Ukrainian].

Shmaley S. V.,

orcid.org/0000-0002-4673-6617

Tsura K. M.,

orcid.org/0000-0001-9872-3773

ORGANIZATIONAL AND PEDAGOGICAL BASIS OF SAFETY AND HYGIENE OF VOICE OF TEACHERS OF MUSICAL DISCIPLINES

The article substantiates the organizational and pedagogical system of protection and hygiene of the voice of teachers of music disciplines in the process of vocal and pedagogical activities, substantiates health and organizational, vocal and pedagogical and ergonomic and organizational influences, defines stages, principles and methods of system implementation, develops a set of sanogenic measures.

The state of professional health of teachers of music disciplines was studied, which revealed a high level of morbidity of vocal organs in comparison with specialists of vocal, vocal and non-vocal specialties. The structure of diseases of teachers of music disciplines was clarified. It was found that teachers of music disciplines are significantly dominated by acute forms of laryngeal diseases (laryngitis, aphonia, dystonia) and complications of the functional characteristics of voice production in comparison with specialists in other professions.

The system of protection and hygiene of teachers of music disciplines has been developed, which contains health-organizational, ergonomic-organizational and activity-organizational components, the interaction of which is realized according to basic principles (systemicity, concentricity; integrativity, prevention, individualization; activity, motivation, vocal formation). sound-image, the unity of artistic and vocal-technical development, culture of conformity, value construction of the repertoire) and appropriate means and methods. Isolated components, the effectiveness of selected forms and techniques provide the formation of hygienic, vocal-articulatory and psychological-pedagogical skills of music teachers.

The protection and hygiene of the voice of music teachers is achieved by purposeful consistent implementation of a system of special psychological and pedagogical, sanogenic, ergonomic and vocal-technical actions and activities.

Key words: organization-pedagogical foundation, safety and hygiene of voice, teacher of musical disciplines.

Дата надходження статті: 17.01.2020 р.

Рецензент: доктор педагогічних наук, доцент Ляшкевич А. І.