

соотносит полученный результат с мнениями группы, моделирует исходя из полученного опыта конечную теорию и апробирует ее на практике. Таким образом, методики неформального образования актуально применять в учебном процессе учреждений высшего образования с целью формирования у студентов учебно-познавательных, коммуникативных, информационных компетенций.

---

1. Гаврилова, И. В. Формальная, неформальная и информальная модели образования / И. В. Гаврилова, Л. А. Запруднова // Молодой ученый. – 2016. – № 10. – С. 1197–1200. – Режим доступа: <https://moluch.ru/archive/114/29876/>. – Дата доступа: 10.03.2020.

2. Колб, Д. А. Экспериментальное обучение: опыт как источник учения и развития / Д. А. Колб. – Нью-Джерси : Prentice-Hall, 1984. – 44 с.

3. Педлер, М. Обучение через действие / М. Педлер. – М. : Гардарики, 2000. – 333 с.

**А. В. Ковалев**, преподаватель  
кафедры искусства эстрады

## **ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ ВОКАЛЬНОЙ МЕТОДИКИ В ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ-ВОКАЛИСТОВ**

Вокальное искусство постоянно развивается и эволюционирует. Появляются новые вокальные методики, стили и методы звукоизвлечения. За несколько десятилетий наряду с традиционными видами вокального искусства (эстрадное, академическое, народное пение) открылись и совершенно новые способы звукоизвлечения, основанные, например, на расщеплении звука (экстремальный вокал). Неизменными остаются только органы и системы организма, отвечающие за формирование звука. Создаются новые и более совершенные технические средства, позволяющие экспериментировать со звукоизвлечением, дающие возможность усилить голос, оцифровать, сделать динамическую, пространственную и частотную обработку, а также позволяющие транслировать звук на огромные аудитории, охватывающие до десятка тысяч людей одновременно. Если учитывать телевидение, радиовещание и сеть Интернет, то эта цифра может возрасти до внушительных

значений. При этом зритель становится все более требовательным. К сожалению, не вся вокальная музыка, даже самая массовая, попадает под описание «профессиональное исполнительство», но, тем не менее, под воздействием колоссальных нагрузок, включающих как физические, так и психологические, каждый исполнитель может оказаться на грани потери голоса и профессиональной непригодности. Помимо непосредственной нагрузки на голосовой аппарат при пении можно также отметить неблагоприятное воздействие регулярных переездов, перелетов, смены часовых и климатических поясов, нарушение режима питания, сна и отдыха, психологические нагрузки и многое другое. При увеличении популярности исполнителя увеличивается количество концертов и непосредственно само время выступления. При этом концерты не ограничиваются только вокальной нагрузкой, но и дополняются зрелищными элементами и постановками, что также требует дополнительных физических и психологических затрат. Не стоит забывать, что концерты подразумевают массовое скопление людей, и иммунная система также испытывает большие стрессы. Даже самая незначительная простуда может неблагоприятно и даже пагубно влиять на процесс фонации, вызывая деструктивные изменения в голосовом аппарате. Все эти факторы необходимо учитывать при подготовке профессионального исполнителя в учебных заведениях, отвечающих за подготовку артистов-вокалистов. Современная вокальная методика, построенная на классической постановке голоса, уже не в состоянии полностью покрыть потребности будущей профессии. Необходим качественный стимул в развитии вокальной методики, позволяющий минимизировать воздействие неблагоприятных факторов и способствовать более эффективному формированию профессиональных навыков вокалиста.

Самым лучшим средством, которое позволяет лучше адаптироваться к различным неблагоприятным условиям, повысить выносливость, увеличить силу голоса, сократить время подготовки для требуемых кондиций, увеличить период профессиональной вокальной деятельности является физическая культура. Однако в представлении многих преподавателей, а следовательно, и у их учеников, существует мнение, что физическая нагрузка вредна для формирования профессиональных навы-

ков, что является огромным заблуждением. Это вызывает стойкий негатив к урокам физической культуры и пагубно влияет как на развитие физических качеств, необходимых для развития вокальных навыков, так и на общее полноценное развитие подрастающего поколения. Многие вокалисты ведут малоподвижный образ жизни, не подозревая, что при гиподинамии резко сокращается поток проприоцептивных раздражителей, что ведет к снижению лабильности нервной системы на всех уровнях, интенсивности протекания вегетативных процессов и тонуса мускулатуры. А это уже пагубно влияет на вокальные данные, т. к. весь вокальный аппарат – это тонкое взаимодействие мышц, связок, хрящей и резонаторов. Кроме того, ограничение двигательной деятельности приводит к существенным изменениям гомеостаза, функциональным нарушениям эндокринной и кардиореспираторной систем, морфофункциональным изменениям тканей опорно-двигательного аппарата и т. д. Продолжительное ограничение нагрузки на ткани может стать причиной возникновения различных функциональных нарушений, что может повлечь за собой глубокие патологические изменения и способствовать возникновению атеросклероза, гипертонической болезни, инфаркта миокарда, ожирения, мочекаменной болезни, подагры и других.

На протяжении нескольких лет в БГУКИ проводился научный эксперимент с группой вокалистов, на занятиях которых наряду с модернизированными вокальными упражнениями, влияющими на развитие определенных вокальных качеств, были применены специальные физические упражнения и средства физической культуры. Изначально были поставлены следующие задачи:

1. Определить наиболее эффективные средства физической культуры, повышающие специальную работоспособность вокалиста.

2. Выявить влияние физических упражнений на развитие специальной работоспособности певца.

3. Экспериментально обосновать эффективность физических упражнений как вспомогательного средства в подготовке исполнителя высокого уровня.

В процессе подбора физической нагрузки учитывались все стороны влияния на вокальный аппарат и организм в целом. Основной упор был сделан на достижение следующих целей:

1. Получение высокой физической работоспособности, позволяющей качественно исполнять вокальные произведения с наименьшими физиологическими затратами и с наивысшими результатами.

2. Укрепление здоровья, позволяющее вокалисту быстро адаптироваться к различным, в том числе и неблагоприятным, условиям.

3. Пропорциональное развитие телосложения, т. к. современное вокальное искусство из-за конкуренции в данной отрасли предъявляет высокие требования относительно внешнего вида.

4. Всесторонне и гармоническое развитие физических качеств.

Физкультурная образованность, которая в будущем будет исключать ошибочные заблуждения о вреде физической культуры в области вокального искусства и искусства в целом.

Для определения функциональных возможностей кардиореспираторной системы организма использовалось тестирование по методике Серкина. Тестом для определения уровня силовой выносливости, а также функциональных возможностей мышц брюшного пресса был тест на статическое напряжение – «Планка» стоя на предплечьях. Это упражнение максимально задействует мышцы брюшного пресса, которые являются главными экспираторными мышцами в вокале.

Сравнивая полученные данные, мы могли наблюдать динамику развития как вокальных данных, так и некоторых физиологических параметров, которые отражают функциональное состояние организма.

На заключительной стадии исследования проводилась окончательная обработка полученных данных, которая доказала эффективность подхода и подтвердила гипотезу, что использование специальных физических упражнений в совокупности с занятиями вокалом способствуют формированию профессиональных навыков вокалиста, что позволяет сделать ряд выводов:

1. Длительная концертная деятельность предполагает высокую производительность функциональных систем организма. Наиболее эффективными в этом случае будут физические нагрузки, направленные на формирование общей выносливости. К средствам, повышающим аэробную производительность, относятся: длительный бег, фитнес-аэробика, прыжковые упражнения через скакалку, плавание.

2. Вокальная деятельность требует больших статических нагрузок и наиболее эффективными средствами для повышения работоспособности являются упражнения в «планке» и статическое удержание гиперэкстензии.

3. Высокая общая физическая работоспособность позволяет добиться значительной специальной работоспособности и позволяет значительно увеличить уровень диапазона и качество звукообразования.

---

1. *Бондаренко, К. К.* Влияние дыхательных упражнений на функциональное состояние студентов в группах специального отделения / К. К. Бондаренко, А. Е. Бондаренко // Физическая культура, спорт, наука и образование : материалы II всероссийской науч. конф., Якутск, 30 сак. 2018 г. / под ред. С. С. Гуляева, А. Ф. Сыроватская. – Якутск, 2018. – С. 62–65.

2. *Коц, Я. М.* Спортивная физиология : учебник / под ред. Я. М. Коца. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 240 с.

3. *Михайлов, С. С.* Спортивная биохимия : учебник для вузов и колледжей физической культуры / С. С. Михайлов. – 2-е изд., доп. – М. : Советский спорт, 2004. – 220 с.

4. *Уилмор, Дж. Х.* Физиология спорта и двигательной активности / Дж. Х. Уилмор, Д. Л. Костилл. – Киев : Олимпийская литература, 2001. – 459 с.

5. *Холодов, Ж. К.* Теория и методика физического воспитания и спорта : учеб. пособие / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : Академия, 2000. – 480 с.

*Е. Г. Коваленя, кандидат культурологии,  
доцент кафедры межкультурных коммуникаций*

## **ОСОБЕННОСТИ РАЗРАБОТКИ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ УЧЕБНЫХ ДИСЦИПЛИН НА АНГЛИЙСКОМ ЯЗЫКЕ**

Современный выпускник учреждения высшего образования должен обладать актуальными и востребованными знаниями, профессиональными умениями и навыками, опытом исследовательской деятельности и способностью оперативно решать поставленные задачи. Система компетенций, необходимых выпускнику в современных условиях, формируется в процессе самостоятельной работы при освоении учебных дисциплин.