

*Тетяна Яремчук, Аліна Гедзун*  
*Уманський державний*  
*педагогічний університет*  
*імені Павла Тичини*  
*Науковий керівник – О.В. Прокулевич*

## **ПЕРЕХІДНИЙ ВІК ТА ЙОГО ВПЛИВ НА ДИТЯЧІ ГОЛОСИ**

В організмі кожної людини в підлітковому та юнацькому віці (12-18 років) відбуваються великі анатомо-фізіологічні та нервово-психологічні зміни, які впливають на всю його життєдіяльність. У цей період дитина перетворюється на дорослого, в наслідок чого в голосовому апараті відбуваються дуже складні процеси [1, с. 25].

Найчастіше у віці 12-14 років, а іноді з 11 років голос починає стрімко змінюватись, таке явище можна назвати мутацією.

Мутація (від лат. mutatio-переміна, зміна) – перехід дитячого голосу в період дозрівання в голос дорослого. Вікові межі мутації 10(12)-16(17) років (в середньоєвропейських умовах частіше всього 14-17 років) [2, с. 110].

Інколи період мутації проходить ще довше. Але трапляється, що у хлопчиків мутація не настає, і голос залишається дитячим, інфальтивним. Вважається нормою коли мутація у підлітків триває від 6-8 місяців до 2-3 років. У дівчат мутація не довга, але можливе повторення у 15-16 років [3, с. 26].

Мутацію слід поділяти на три етапи:

- Передмутаційний період (11-13 років) протікає без особливих змін у голосовому апараті. У хлопчиків і дівчаток у голосі з'являються скрипучість і хриплість, іноді голос стає нестійким і часом порушується інтонація. На зв'язках з'являється легке почервоніння, але механізм голосоутворення залишається колишнім.

- Мутаційний період (13-15 років) пов'язаний із раптовою зміною гортані. Розмір хлопчачої гортані в цей період збільшується на дві третіх, у дівчаток на третину. Голосові зв'язки розтягуються, стають товщими, внаслідок чого голос змінюється. У гострий період мутації хлопчачий голос стає хриплим, іноді раптово переходить з високого тону на нижній і навпаки (схожий на спів молодого півника). Такий напружений етап зазвичай триває 3-4 місяці. У дівчаток у перехідному віці спостерігаються характерні недоліки.

Цими недоліками є певна хриплість і нестійкість інтонації. До 17-20 років формування жіночого голосу, як правило, завершується.

- Післямутаційний період (15-18 років) є найважливішим, адже в цей час колишні хлопчики, а тепер юнаки, вчаться по-новому співати й утворювати звуки. У цей період не зникає почервоніння гортані і зв'язок, спостерігається малоактивна робота м'язів. До 17 років у дівчат явище мутації відступає, а в юнаків воно частково зберігається [1, с. 26-28].

У мутаційний період необхідно дбайливо ставитися до охорони співацького голосу та багаторазово виконувати методичні вокальні вправи з розвитку співацького голосу, досягти того, щоб здобуті вміння і навички мали автоматизований характер і формувалися на основі застосування щодо вокально-хорового мистецтва, шляхом цілеспрямованих планомірних вправ. Адже навички і вміння тісно взаємопов'язані [3, с. 29].

До голосу, особливо дитячого, необхідно ставитися обережно не лише в період мутації, а з раннього дитинства. У дитячому садку й початкових класах школи нерідко трапляються діти із хриплими, надтріснутими, грубими голосами [1, с. 30].

Аби зберегти здоровий голос у дітей, учитель має пояснити їм правила гігієни голосу, яких потрібно дотримуватися, особливо в період мутації. Під гігієною голосу розуміють усі умови, що благотворно впливають на нього: правильне дихання, правильне харчування, відсутність занять у хворобливому стані, чисте приміщення для занять, регламентований час занять, аби уникнути перевтоми та, як наслідок, хвороб голосових зв'язок.

### **Список використаних джерел:**

1. Коломоєць О.М. Хорознавство: навч. посіб./О.М Коломієць. – К.: Либідь, 2001.-168с.
2. Романовський Н.В Хоровой словарь, -М.:Музыка 2010.-230с.
3. Козій О.М. Методика формування образно-інтонаційних навичок студентів педагогічних коледжів у процесі вивчення диригентсько-хорових дисциплін [монографія]. – Умань: ФОП Жовтий О.О.,2016. – 158с.