Методика постановки голоса

 Отделение «Сольное народное пение»

12.05.2020 г. Тема: Органические изменения, вызванные перенапряжением голоса.

Задание: переписать лекционный материал. Знать лекционный материал, терминологию.

**Перенапряжение** - одна из главных причин нарушения голоса, неправильное использование гортанного механизма может вызвать повреждение самих голосовых складок и нарушить координированную работу мышц гортани. Прямой причиной некоторых нарушений голоса является неспособность прекращать работу наружной мускулатуры и глотательных мышц во время процесса голосообразования. Перенапряжение голоса продолжает оставаться одним из общепризнанных этнологических факторов, приводящих к возникновению полипов и узелков голосовых складок. (Полипы не представляют серьёзной угрозы здоровью, однако это патология сопровождается постоянным напряжением, беспокойством).

**Перенапряжение** голоса может вызвать **гипер** - или **гипофункциональные** нарушения. При длительной гиперфункции мышцы истощаются и теряют необходимый тонус, ослабевает их аддукция. Это состояние называют гипофункцией. Постоянное перенапряжение голоса может вызвать слабость мышц гортани.

 Пение или разговор с чрезмерным напряжением во время простуды могут привести к первичной гиперфункции голоса, которая сохраняется и после выздоровления. Длительная гиперфункция с течением времени сменяется гипофункцией, проявлением придыхания, провисанием голосовых складок, что свидетельствует о слабости щиточерпаловидных мышц.

Гиперфункция может привести к различным патологическим изменениям: узелком голосовых складок, полипам, утолщению голосовых складок. Эти изменения проявляются: охриплостью, резкостью, придыханием.

 Существуют следующие формы перенапряжения голоса: крик, визг, напряжённая вокализация, чрезмерная разговорчивость, твёрдая голосовая атака, частое откашливание и разговор в очень шумной обстановке. Вредное воздействие на голос оказывают курение, бесконтрольное употребление алкоголя, работа в пыльном помещении.