

Список використаних джерел:

1. Енциклопедія Сучасної України, В.М. Прядко. URL: http://esu.com.ua/search_articles.php?id=36626
2. «Відлуння» зима 2017-2018 № 3. URL: <https://israel.mfa.gov.ua/storage/app/sites/38/vidlunnia-3.pdf>

Гулей Я.Ю.

*бухгалтер 2 категорії Сектору освіти
Гадацької районної державної адміністрації*

Горбачик Н.І.

*викладач-методист хорових дисциплін
Гадацького коледжу культури і мистецтв
імені І.П. Котляревського*

НЕГАТИВНИЙ ВПЛИВ ШКІДЛИВИХ ЗВИЧОК СПІВАКА НА ЯКІСТЬ ЙОГО ВИКОНАННЯ

Аналіз негативного впливу шкідливих звичок співака на якість вокального виконання є безсумнівно актуальним питанням для дослідження як із теоретичної, так і з практичної точок зору.

Розгляд негативного впливу тютюнопаління на здоров'я людини став предметом дослідження вельми значної кількості монографій, публікацій, посібників, насамперед у різних галузях медицини [1-3]. Водночас потребує подальшого поглиблення система знань про деформації під впливом тютюнопаління здоров'я представників різних категорій професій, у т.ч. артистів.

Метою роботи є узагальнення й систематизація відомостей щодо негативного впливу шкідливих звичок (на прикладі тютюнопаління) на здоров'я вокалістів.

На жаль, шкідливі звички супроводжували людства на всіх етапах його розвитку і ця тенденція майже напевно не припиниться й у майбутньому. У повній мірі це стосується і творчих особистостей, для яких шкідливі звички, на жаль, іноді стають засобом самовираження, методом прикути до себе увагу шляхом епатажу тощо.

Вагомою рисою, яка характеризує ставлення професійних артистів до свого здоров'я, є утримання від шкідливих звичок. Відмова від паління, надмірного вживання алкоголю, психоактивних речовин тощо є запорукою тривалої кар'єри та успіхів у підвищенні власної виконавської майстерності вокаліста.

Однак реальний стан справ дає чимало прикладів того, що поширеність шкідливих звичок у середовищі співаків не зменшується, а в окремі періоди має стійку тенденцію до зростання. Зазначене завдає непоправну шкоду здоров'ю співаків, у тому числі їх голосу. Так, зокрема, паління крім очевидної шкоди для системи органів дихання також негативно впливає на імунітет та гормональну систему, що зумовлює підвищену захворюваність вокалістів, що особливо небезпечно при гастролях, у т.ч. під час зарубіжних подорожей.

Слід також відзначити і такий фактор, що сигарети й алкоголь є для молодих артистів своєрідним «пропуском» у доросле професійне життя, коли згадані шкідливі звички стають одним зі способів розв'язання соціально-психологічних проблем і зняття стресу. Водночас у подальшому шкідлива звичка стає «нормою» і вокаліст починає палити і/або вживати алкоголь «просто так», за компанію, а потім – і наодинці. Беручи для прикладу таку шкідливу звичку як тютюнопаління, слід відзначити, що вона завдає таку ж шкоду для організму як і алкоголь, проте вважається (звичайно зі значною долею умовності) більш «соціально прийнятною». Іншими словами, якщо надмірне вживання алкоголю майже напевно спричиняє маргіналізацію артиста, то у випадку інтенсивного тютюнопаління ця шкідлива звичка сприймається не настільки негативно.

Як відомо, тютюнопаління є причиною виникнення значного спектра захворювань людини, а також її передчасної смерті. При цьому, звичайно, безпосередньою причиною смерті стає не сама сигарета, а комплекс захворювань, які виникають унаслідок регулярного тютюнопаління (онкологія, серцево-судинні хвороби тощо). У цьому полягає принципова відмінність тютюнопаління від надмірного вживання алкоголю, адже власне надмірна доза алкогольних напоїв сама по собі може стати причиною смерті. Більше того, відомі випадки смертей талановитих співаків світового масштабу саме від надмірного споживання алкоголю – це Емі Уайнхаус, Біллі Холідей тощо. Тютюнова залежність менш очевидна і не така помітна як алкогольна, проте вона також розцінюється міжнародними організаціями з охорони здоров'я на

рівні хронічного захворювання. У рекомендаціях з лікування тютюнової залежності міжнародні фахівці підкреслюють величезну небезпеку, пов'язану зі згаданою шкідливою звичкою, регламентують дії лікаря при роботі з курцями, а також рекомендують використання ефективних методів лікування, включаючи психотерапію й лікарські препарати. Ситуація із поширенням паління тютюну у всіх країнах набула характеру глобальної епідемії, оскільки наразі у світі палять близько 1,3-1,5 млрд людей (підррахунки звичайно є умовними і ґрунтуються на обсягах продажів цигарок, тютюну тощо). Паління також розповсюджене серед творчих людей, де воно часто розцінюється як ознака стилю, приналежності до богеми, еліти (особливо за умови вживання дорогих сигарет, сигар, вейперів). Наразі нікотинова залежність розцінюється як хвороба, що класифікується у Міжнародній класифікації хвороб як психічний розлад і розлад поведінки, пов'язаний із вживанням тютюну. При цьому, відповідно до даних статистики, з-поміж курців, котрі усвідомили шкоду паління й припинили палити, лише 7-10% змогли в подальшому утриматися від шкідливої звички протягом року [3, с. 30]. Безпосереднім наслідком інтенсивного тютюнопаління у співаків є захриплість, за якої голос втрачає нормальне, звичне звучання. Причини виникнення захриплості є такими. Під час паління усі складові частини сигаретного диму осідають на зв'язках, унаслідок чого згодом можуть з'явитися невеликі ерозії або ранки. Міняється структура нижньої поверхні голосових зв'язок – вони можуть набрякати чи запалюватися. Коли сигаретний дим попадає на цю поверхню, організм намагається захиститися й починає виробляти більше слизу на поверхні голосових зв'язок, наслідком чого є захриплість і кашель.

Звичайно, що ні захриплість, ані кашель неприпустимі для співака, оскільки він змушений увесь час відкашлюватися й не може нормально виконувати свою партію, оскільки рефлекторні приступи кашлю переривають спів. Крім зрозумілого дискомфорту, це може спричинити розлад у професійній кар'єрі співака, перервати його гастролі тощо. Час паління збільшується – і у курців-вокалістів зі значним стажем їх шкідливої звички звук голосу також характерним чином змінюється. Оскільки дим, що вдихається при палінні, має дуже високу температуру, це із часом призводить до хронічних опіків слизової оболонки гортані й дихальних шляхів. У подальшому від високої температури судини різко розширюються та усмоктують канцерогенні речовини й смоли.

У результаті стрімкого всмоктування усіх шкідливих компонентів з'являються набряклість, крововиливи, стовщення, вузли й поліпозні голосових зв'язок. У подальшому ці патологічні зміни спричиняють появу глухого хриплого звуку, який відрізняє голос курця. Звичайно, що для професійного вокаліста це є неприпустимим. У подальшому внаслідок незворотних змін у голосовому апараті хронічного курця не виключеною є поява ознак смертельно небезпечних хвороб, зокрема раку горла й гортані. Крім того, варто зауважити, що під час тривалих виступі негативна дія тютюнопаління може поєднуватися із додатковим впливом стресових факторів, інтенсивних навантажень на голосовий апарат, що можуть призвести до його перевтоми. При цьому може виникнути замкнене коло – під час виступів на сцені зростає стрес, який співак намагається мінімізувати за рахунок паління й інших шкідливих звичок, а ті у свою чергу формують негативний вплив на здоров'я артиста, знижуючи його працездатність, що знову призводить до стресу. Власне цей негативний тренд може бути характерним не лише для вокаліста, але й для людей усіх професій, пов'язаних із постійним мовленням (викладачі, менеджери із продажів, політики та ін.).

Таким чином, не викликає сумніву твердження про те, що тютюнопаління як і інші шкідливі звички не приносить нічого позитивного для здоров'я людини, даючи лише тимчасову фізичну й психологічну насолоду / зняття стресу. Водночас шкода від згаданих негативних звичок варіюється від поганого почуття до хронічних захворювань і навіть ранньої смертності. У повній мірі вказане стосується і вокалістів-професіоналів, для яких тютюнопаління: ставить у залежність від прийому нікотину нервову систему, яка після тривалого періоду регулярного тютюнопаління починає вимагати від курця постійної ніотинової «підзарядки»; скорочує обсяг легенів; перешкоджає швидкій регенерації кліток організму й легенів включно, що негативно впливає на якість вокального виконання; вражає гормональну систему, що також спричиняє деформацію голосу, особливо для чоловіків; негативно позначається на слизуватій оболонці гортані, від чого голос втрачає витривалість, дзвінкість і діапазон. У подальшому змінюється сама будова слизуватих залоз, від чого для нормального звучання голосу стає необхідним сигаретний дим.

З урахуванням вказаного, перспективним напрямом дослідження може вважатися розробка програм позбавлення від тютюнової залежності для різних професійних груп співаків.

Список використаних джерел:

1. Гнидь Б.П. Історія вокального мистецтва. Київ : НМАУ, 1997. 320 с.
2. Грищенко Ю.В. Розвиток професійної вокальної освіти в Україні (кінець XIX – початок XX ст.). Житомир, 2010. 24 с.
3. Погосова Г.В., Ахмеджанов Н.М., Качанова Н.П., Колтунов И.Е. Современные принципы медикаментозного лечения табакокурения и никотиновой зависимости. *Профилактическая медицина*. 2009. № 5. С. 29–34.

Качмар Б.М.

студентка,

Національний університет «Львівська політехніка»

ЩО ТАКЕ АНІМАЦІЯ ТА ЧОМУ ВОНА Є НЕВІД’ЄМНОЮ ЧАСТИНОЮ ДИЗАЙНУ СЬОГОДЕННЯ

Слово «анімація» походить від латинського «аніма», тобто «душа». Анімація – метод створення серії знімків, малюнків, кольорових плям, ляльок або силуетів в окремих фазах руху, за допомогою якого під час показу їх на екрані виникає враження оживлення форм руху [1].

Анімація сьогодні посідає одне із перших місць в трендах дизайну. Відеоконтент сприймається значно легше, ніж звичайний текст або статичне зображення. У 2020 році ми зустрічаємо анімацію у всіх формах дизайну.

Спершу, розглянемо види анімації:

- Традиційна анімація

Традиційною анімацією був процес, який використовувався для більшості анімаційних фільмів 20-го століття. Щоб створити ілюзію руху, кожен малюнок дещо відрізнявся від попереднього.

- Обмежена анімація / Limited animation

Обмежена анімація передбачає використання менш деталізованих або більш стилізованих малюнків і методів руху. Обмежена анімація використовує менше малюнків в секунду, тим самим обмежуючи плинність анімації.

- Повна анімація / Full animation