УПРАВЛЕНИЕ КУЛЬТУРЫ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЧЕЛЯБИНСКА

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«Детская школа искусств №8» им. Ю.Г. Суткового**

# города ЧЕЛЯБИНСКА

Методическая работа

« Особенности работы в классе сольного пения Детской школы искусств»

преподавателя Созыкиной Галины Семеновны

Челябинск

2017

Введение

Неотъемлемой частью проводимой ныне школьной реформы является значительное улучшение подготовки учительских кадров. Предлагаемая работа направлена на реализацию этих задач и адресуется учителям музыки общеобразовательных школ и педагогам дополнительного образования\* В ней содержатся краткие исторические очерки о развитии и становлении вокального искусства. Как говорил М. Горький, «в каждом деле нужно знать историю его развития». Настоящая работа является дополнением к практическому курсу сольного пения и усиливает педагогическую направленность обучения в воспитании голоса. Она включает в себя современные научные данные о певческом голосообразовании и способах вокального обучения. В ней вы найдете упражнения как вокального характера, так и упражнения координационно-тренировочного этапа работы мышц, участвующих в голосообразовании.

При написании работы использовались знания из анатомии, физиологии, психологии и педагогики. В успехе педагогического дела одним из решающих факторов является знание педагогом учебно-педагогического материала. Поэтому для педагога обязательна не только практическая работа, хороший слух, но и ясное представление о том, как работает голосовой аппарат ученика при звучании. Тогда легко понять, что надо сделать, чтобы изменить звук в нужном направлении. Педагогу мало верно слышать и знать приемы, помогающие исправить неверное звучание, надо уметь добиться нужного звука, а это требует большой воли, целеустремленности и терпения. Я буду рада, если данная работа хоть сколько-нибудь поможет педагогам, занимающимся воспитанием вокальных навыков.

История вокального искусства

История вокального искусства ведет свое начало с древнейших времен. Художественное пение было развито уже до новой эры в Египте, Малой Азии, некоторых восточных странах и особенно в Греции. Основными жанрами греческой вокальной музыки были: фрэн, пэан, дифирамб и некоторые другие. Фрэн был гимном скорби. Пэан являлся победным гимном радости, посвященным Аполлону. Дифирамбом греки называли приподнято-лирический гимн богу Вакху.

До нас дошло несколько имен величайших певцов композиторов Древней Греции, таких как Терпаидра, Стехизора, Ксенокрита, Теона, певицы Носсиды из Локр и др.

Известно, что в Древней Греции мужские голоса делились на следующие виды:

1. Netoide - высокий голос, характерный для виртуозов;

2. Mesoide - средний голос, типичный для пения популярных песен и хоров;

3. Iratoide - низкий голос, свойственный исполнителям трагедий.

Известно также о существовании в VIII веке н.э. церковно-певческих школ в Метце и Суассоне, где первыми римскими учителями были Петр и Роман.

Имеются исторические данные о том, что при киевском князе Владимире Святославиче (978-1015) существовали профессиональные певчие,

«Степенная книга», составленная в XI веке при князе Ярославе, свидетельствует, что «начат быти в Рустей земли ангелоподобное пение, изрядное осьмигласие и самое красивое демественное пение».

Основанная в 1050 г. Киево-Печерская лавра воспитала многих выдающихся певцов и сыграла значительную роль в развитии отечественной вокальной культуры.

Из литературных источников, освещающих историю художественного пения в период от древнейших времен до XV века, известны лишь немногие сочинения, в которых приводятся отдельные высказывания о профессиональном обучении вокальному искусству.

Так, у Боэция (470-527) имеются указания на значение дыхания в пении и на качество голоса, приводится общая классификация голосов.

Гукбальд (X век) указывает на то, что инструменталисты и светские певцы стараются очаровать слушателей своим исполнением, негодует на отсталость духовных певцов.

Фома Аквинский (XIII век) приводит следующее суждение: «Не уметь петь так же стыдно, как не уметь читать»

Маркетто Падуанский (1555) пытался определить точное место звучания различных нот: <що образуется в легких, ре - в основании горла, ми - в его верху, фа - в небе, соль - в языке и зубах, ля - на губах».

Иероним Моравский (XIII век) говорит о нежелательности изменения регистров в пении - грудной голос не должен чередоваться с горловым.

В XVI и особенно в XVII веках делаются попытки научного обоснования процесса звукообразования и появляются первые изложения методов обучения художественному пению.

Наиболее значительными сочинениями XVI-XVTI веков дошедшими до нас стали:

1. Людовик Цаккони. «Prattica di Musica»

2. Джулио Каччини Nuove Musiche»

3. Джозеффо Царлино «Estituzione harmoniche»

4. Оттавио Дуранте «Arie devolte»

5. Михаил Преториус «Syntagma musicum

**Глава 1. Школы вокального искусства.**

Староитальянская школа

Красивое мелодичное пение, основанное на широкой кантилене, но вместе с тем ясно доносящее словесный текст, развилось благодаря флорентийской реформе и достигло высокохудожественного уровня. Но с конца XVII столетия драматическое действие и содержание в операх стали отходить на второй план в угоду растущей вокальной виртуозности. К середине XVIII века в оперной итальянской музыке были почти утрачены завоевания флорентийской реформы, и опера превратилась в «концерт в костюмах», в ней обычно происходило состязание певцов, изощрявшихся в технике, не знавшей границ. В этот период получило наивысшее развитие вокальное искусство кастратов. Особенности их голосов, имевших женскую текстуру диапазона при мужской силе дыхания, позволяли им исполнять репертуар невероятной технической сложности. Певцы исполняли восемнадцать двухоктавных гамм на одно дыхание, и знаменитый кастрат Феррн ухитрялся на протяжении двухоктавной хроматической гаммы на каждой ноте давать еще и трель - и все на одном дыхании. Вокальная техника в эту пору достигла предела.Знаменитыми школами пения в XVIII веке были болонская (Пистокки) и неаполитанская (Порпора). Из болонской школы вышли крупнейшие певцы: Ферри, КЬнти, Този, Рафф и др.

Среди учеников Порпоры (1686-1766) известны знаменитые кастраты: Каффарелли, Дармнелли Салимбели а также певицы Тереза Мипотти, Катерина Габри ели и баса Мантаньяка.

Пистокки и Порпора не оставили теоретических трудов о методах своего преподавания. Порпора написал лишь множество вокальных упражнений, а также знаменитый «листок», по которому учил Каффарелли и которым пользовались многие поколения преподавателей пения (Лаблаш, Гарсиа и др.).

Болонская школа воспитала выдающегося певца и преподавателя Пьетро Този. Он сыграл выдающуюся роль в истории вокальной методологии как автор сочинения «Opinioni» («Взгляды древних и современных певцов, или Размышления о колоратурном пении). «Opinioni» послужило источником почти для всех дальнейших авторов, писавших о постановке голоса. Но Този был кастратом, и, видимо, этим объясняется ограниченность сведений, даваемых им об обучении некаст ратных голосов.

Вторым выдающимся сочинением по вокальному искусству в XVIII веке был трактат Манчини «Практические мысли и размышления о виртуозном пении» (1774). Этот трактат считается одним из важнейших руководств для изучения эпохи господства колоратурного пения и является ценным методическим руководством. Отдельные указания Манчини стали классическими.

Французская школа

Итальянская школа пения bel canto, значительно развившаяся в XVII-XVIII веках, оказало огромное влияние на вокальное искусство всей Европы. В этот период в Западной Европе появились многочисленные руководства по пению. Рассматривая произведения в хронологическом порядке следует отметить труд Жан-Баптиста Берара (1710-1772). Он был оперным певцом, играл на виолончели и арфе, впоследствии преподавал пение. В своей книге «Искусство пения» (1755) Берар впервые обратился к рассмотрению физиологии голосообразующего аппарата. Он изучил курс анатомии, затем приступил к изучению «всех органов нашего звука», определил движения, свойственные различным органам и общее движение всего голосового аппарата; различные виды голоса (тенор, баритон, сопрано) он объяснил различием размеров и направлением голосовых связок. В этом вокальном руководстве было впервые указано на необходимость применения грудобрюшного дыхания.

В XVIII веке во Франции искусство пения переживало кризис и, по свидетельству авторитетных современников, находилось на довольно низком уровне. Например, В.-А. Моцарт говорит: «Французы только научились слушать музыку, а до чего отвратительны их собственная музыка и пение...».

Ввиду такого положения, парижские руководящие музыкальные круги приняли решение выработать единый метод преподавания пения на основе итальянского bel canto. Созданная комиссия разработала руководство «Метод пения музыкальной консерватории» (1803). Изложение метода Парижской консерватории начинается с краткого описания механизма голосообразования, а также особое внимание уделено искусству фразировки и выработке правильного дыхания.

К наиболее важным сочинениям первой половины XIX века следует отнести работы «Методы пения» (1841) Алексис Гароде, «Методы и практика пения болонской школы» (1835) Генрих-Фердинанд Маннштейна.

Огромная роль в создании классической вокальной школы принадлежит Мануэлю Гарсиа-сыну. За изобретение ларингоскопа и научные труды в области теории голосообразования ему была присуждена ученая степень доктора медицины. Он серьезно изучил механизм голосообразующего аппарата, первым дал научное объяснение звукообразования, установил важные значения и различные положения надгортанника при образовании открытых и закрытых звуков, исследовал движения гортани и расход дыхания при пении в грудном и «фальцетном» (среднем) регистрах. В 1840 г. Гарсиа издал работу «Заметки о человеческом голосе», а в 1847 - «Полный трактат об искусстве пения», ставший на целое столетие основой руководств по вокальному искусству. За время своей более чем 75-летней педагогической деятельности Гарсиа подготовил немало выдающихся певцов и певиц.

Его основными методологическими принципами являются:

1. Грудодиафрагматическое дыхание;

2. Твердая атака звука;

3. Обязательное округление и прикрытие звуков в среднем и верхнем регистрах

голоса;

4. Скрещивание регистров;

5. Классификация тембров на светлый и темный;

6. Пониженное положение гортани в темном тембре;

7. Большая затрата дыхания при «фальцете» (медиуме).

Некоторые вопросы и дая самого Гарсиа были недостаточно ясны. Вопросы открытых и закрытых звуков, правильного положения гортани и надгортанника, роль верхних резонаторов до сих пор еще остаются теоретически недостаточно исследованными.

Исключительная ценность учебника Гарсиа заключается в том, что он содержит немало ценных теоритических и практических сведений.

Выдающимся педагогом, подготовившим плеяду замечательных певцов XIX векаГйвляется Франческо Ламперти (1813-1891). Постоянно работая с певцами, он приобрел колоссальный вокально-педагогический опыт. В 1850 году Ламперти стал руководителем вокального отдела Миланской консерватории и четверть века его имя отождествлялось с консерваторией. Чрезвычайно популярный педагог-практик Ф. Ламперти оставил много трудов по вокальному искусству: «Первоначальные занятия для голоса», «Упражнения для развития трели», «Виртуозные упражнения для сопрано», «Искусство пения» и др.

Основными требованиями, предъявлявшимися Ламперти, были:

1. Пение «на опертом дыхании» («школа пения - это школа дыхания»);

2. Грудобрюшное дыхание;

3. Пение legato;

4. Пение во время занятий неполным голосом (каков малый тон, таким будет и большой);

5. Постановка голоса на ариях («Если вы можете петь одну арию, то вы можете петь и все»);

6. Специальное внимание среднему регистру голоса, особенно у женщин, как «ключу» для овладения верхним диапазоном.

В своих трудах он также давал много полезных советов как начинающим, так и популярным артистам.

У Ламперти существовало опасение, что опера может исчезнуть, если не вернуться к пению, бывшему в славе в первой половине Will века; в подтверждение он цитировал Россини: «бережно обходиться и разумно пользоваться превосходнейшим из инструментов - человеческим голосом».

Немецкая школа

С 1870 г. в Берлинской опере начала успешно выступать молодая певица (меццо-колоратурное сопрано) Лилли Леман (1848-1929). Результатом ее длительной артистической и педагогической деятельности явился большой вокальный опыт, который лег в основу ее книги «Мое искусство петь».

Не смотря на сугубо субъективные моменты, отдельные высказывания и практические советы Л Леман заслуживают большого внимания. К их числу должны быть отнесены высказывания о дыхании, о резонаторах и направлении звуков нижнего, среднего и высокого регистров, о важности пения полных гамм, поднятии мягкого неба, язычка и другие.

Новая итальянская школа

Олицетворением новой итальянской школы пения стало имя знаменитого тенора Энрико Карузо. Он подарил миру огромное число граммофонных записей и тем еще более увековечил свое имя. Карузо написал книгу «Как надо петь», в которой на личном примере показывает как можно добиться значительных успехов в вокальном искусстве; при этом он заостряет внимание на сугубо индивидуальном подходе.

Значительное место в новой итальянской вокально-методической литературе занимает книга «Параллельные голоса» выдающегося итальянского певца-тенора Джакомо Лаури-Волыш. В ней автор творчески сопоставляет выдающихся зарубежных певцов и пытается проанализировать существующие в Италии различные отличительные особенности пения. Он также считал, что наивысших достижений в области вокально-сценического искусства добились Ф. Шаляпин, Э. Карузо и Т. Руффа

Русская вокальная школа

Гениальный русский композитор М.И. Глинка был замечательным певцом и преподавателем пения. Своим вокальным мастерством Глинка — певец и педагог -заложил основы русского реалистического исполнительского мастерства. Он описал свой метод овладения вокальным мастерством: метод вокальный, концентрический, так как здесь упражнения развиваются от тонов натуральных (без всякого усилия берущиеся), центра голоса, на которых держится спокойная речь человека, к тонам, окружающим центр голоса. Этот метод легко проследить на этюдах, написанных для великого русского оперного певца О.А. Петрова. Особенность этих этюдов - в отсутствии аккомпанемента, т.к. он мешает развитию верного вокального слуха и замедляет атаку звука. Этот метод теперь является основой почти всех лучших вокальных школ.

После вокальных упражнений и методических к ним пояснений основоположника реалистической школы художественного пения МИ. Глинки, «Школа пения» А.Е. Варламова занимает в отечественной вокально-педагогической литературе одно из почетнейших мест.

В первой половине XIX века принцип формирования голоса от середины диапазона в методической литературе почти не был известен, приоритет его установления, безусловно, принадлежит Глинке и Варламову.

Как ни ценны первая (теоретическая) и вторая (вокально-техническая) части «Школы пения» Варламова, но особенного внимания заслуживает ее третья часть -«Десять упражнений». Эти упражнения, представляющие собою талантливо написанные сольфеджио-вокализы, наряду с аналогичными упражнениями Глинки являются прекрасным учебным материалом для развития музыкальности и усовершенствования гибкости голоса.

После пособий по искусству пения М. Глинки и А. Варламова важнейшими трудами по вокаловедению, написанными русскими авторами до 1917 г., следует считать руководства Бронникова, Додонова, Кржижановского, Мазурина, Ниссен-Саломан, Карелина, Прянишникова и Сонки.

Огромную роль в деле подготовки плеяды крупнейших русских певцов сыграл Камилла Эверарди (1825-1899) - ученик Гарсиа и Ламперти, известный артист, впоследствии занимавшийся педагогической деятельностью в Петербургской, Киевской, Московской консерваториях. Его вокальная школа по существу является русской вокальной школой, построенной на русском вокальном материале. Большую часть своей артистическо-педагогической деятельности он посвятил России.

Проведя исследование истории развития вокального искусства можно сделать выводы.

Если явление понято и изучено, то представляется возможность управлять им. Поэтому каждый педагог именно с этих позиций должен повнимательнее присмотреться к методам обучения искусству пения, отражающим многовековой опыт человека. Несмотря на огромную популярность и, казалось бы, всеобщую доступность, вокальное искусство является одним из труднейших для овладения. В большой мере это объясняется сложной природой певческого голосового аппарата, в основе деятельности которого лежат не только музыкально-эстетические, но и акустико-физиологические закономерности. Недостаточное знание и учет этих закономерностей, к сожалению, нередко является причиной неудач при обучении пению.

Современная вокальная педагогика прошла длительный путь развития. Она многие десятилетия обогащалась опытом выдающихся певцов и педагогов.

Для того, чтобы сознательно управлять процессом обучения сольному пению, педагогу необходимо хорошо знать, что такое певческий голос, основывать свою работу на личностно-ориентированном подходе, опираясь на его индивидуальные особенности, такие как: ощущения, восприятие, память, волю, темперамент и др.

Поэтому в данных методических рекомендациях представлены необходимые сведения о работе дыхательного аппарата, а также из анатомии физиологии голосообразующего аппарата.

**Глава 2. Практические советы к курсу сольного пения**

Органы голосового аппарата

Органом, где происходит зарождение голоса, является гортань. Она расположена по средней ЛИНИИ шеи в переднем ее отделе и представляет собой трубку, верхнее отверстие которой открывается в полость глотки, а нижнее непосредственно продолжается в трахею (рис.1). Гортань выполняет тройную функцию (дыхательную, защитную и голосовую) и имеет сложное строение.

Анатомия гортани. Гортань образуют хрящевой скелет, мышцы и связки. Вверху гортань как бы подвешена посредством мембрановидной связки к подъязычной кости, открывается она в полость глотки, а внизу переходит в трахею. Расположена гортань на уровне между IV и Vi шейными позвонками.

Основу гортани составляют три непарных хряща: перстневидный, щитовидный, надгортанный. Самый большой хрящ гортани — щитовидный — определяет величину гортани.

Верхнее отверстие гортани, иначе называемое входом в гортань, имеет овальную форму, образуется спереди подвижным гортанным хрящом — надгортанником (рис 2). При дыхании вход в гортань открыт. При глотании свободный край надгортанника наклоняется назад, закрывая его отверстие. Во время пения вход в гортань суживается и прикрывается надгортанником. Это явление имеет большое значение для образования художественно ценных качеств певческого звука, для певческой опоры.

Если смотреть в гортань сверху, то с двух сторон симметрично видны по два выступа слизистой оболочки, находящиеся один над другим. Верхние выступы называются ложными или желудочковыми складками, а нижние - голосовыми.

Ложные складки такого же цвета, как и вся слизистая оболочка гортани. Железы, заложенные в ложных складках и в стенках самих желудочков, увлажняют голосовые складки, в которых желез нет. Это функция особенно важна при певческом голосообразовании.

Голосовые складки при дыхании образуют щель треугольной формы, называющейся голосовой щелью. При голосообразовании голосовые складки смыкаются, голосовая щель закрывается. Внутри них находятся внешние и внутренние щито-черпаловые мышцы. Вторые, внутренние, называются вокальными мышцами. Мышечные волокна в вокальных мышцах располагаются параллельно внутреннему краю складки в косом направлении. Благодаря такому строению голосовая складка может многообразно изменять не только свою длину и толщину, но и колебаться по частям, что обусловливает богатство красок певческого звука.

Полость гортани по форме напоминает песочные часы (рис.3). Голосовые складки делят ее на два пространства: надскладочный и подскладочные отделы.

Все мышцы гортани делятся на наружные и внутренние. Вторые смыкают голосовую щель и являются фоноторными мышцами (осуществляющими голосообразование). Наружные мышцы гортани соединяют ее с подъязычной костью, а внизу с грудной костью. Эти мышцы опускают и поднимают гортань, а также устанавливают ее в положение необходимое для голосообразования (рис 4). Внизу гортань непосредственно переходит в дыхательное горло или трахею (рис.5).

Трахея представляет собой трубку, состоящую из хрящевых не загнутых сзади колец. Циркулярные мышцы, которые соединяют хрящевые пластинки, сокращаясь, сужают просвет трахеи. Продольные при сокращении укорачивают ее. Таким образом, изменяется не только просвет, но и длина трахеи. Трахея разделяется на два крупных бронха, которые, древовидно разветвляясь, превращаются во все более мелкие. В них происходит газообмен. Такое строение позволяет мелким бронхам выполнять роль клапанов, регулирующих подачу воздуха из легочной ткани во время голосообразования. Все бронхи вместе с легочными пузырьками образуют легкие - правое и левое.

Грудная клетка имеет форму усеченного конуса. Она впереди образована грудной костью, сзади - грудным отделом позвоночника. Позвоночный столб соединен с грудной костью дугообразными ребрами. Остов грудной клетки оплетен мышцами, которые принимают участие в дыхании. Одни участвуют во вдохе (поднимают дуги ребер и тем самым расширяют полость грудной клетки), другие опускают ребра, осуществляя выдох.

Основание грудной клетки составляет диафрагма. Это мощный мышечный орган, отделяющий грудную полость от брюшной. Во время вдоха мышцы диафрагмы сокращаются и опускаются, увеличивая объем грудной клетки. Диафрагма регулирует скорость истечения воздуха и подскладочное давление при образовании звуков и изменении их силы.

Полости, находящиеся над голосовыми складками (верхний отдел гортани, глоточная, ротовая, носовая), называются надставной трубой. Верхняя часть этой трубы - носовая полость - составлена из мягких тканей носа и лицевых костей черепа. В стенах носовой полости имеются мелкие отверстия каналов, через которые они сообщаются с воздухоносными полостями, находящимися в лицевых костях черепа. Эти полости называются придаточными полостями или пазухами носа

Под носовой полостью располагается ротовая полость. Ее боковыми стенками являются щеки, дно рта заполняет язык, переднюю стенку образуют губы. Верхнюю стенку ротовой полости составляет костная пластинка, отделяющая ротовую полость от носовой — твердое небо, которое сзади переходит в мягкое небо, называемое еще небной занавеской (рис.7). Задний, свободно свисающий в полость глотки край мягкого неба посередине имеет выступ - маленький язычок. Мягкое небо продолжается в две расходящиеся вниз под углом симметричные складки слизистой оболочки. Эти складки называются дужками: передними и задними. В толще дужек проходят мышцы, соединяющие мягкое небо с языком и гортанью. Мягкое небо хорошо иннервировано чувствительными нервами, особенно область маленького язычка. Находящиеся в толще неба мышцы при сокращении поднимают, натягивают его, при этом маленький язычок укорачивается, как бы уходит в мягкое небо.

Твердое и мягкое небо вместе с передними зубами - резцами — составляют небный свод. Строение его частей влияет на качество певческого голоса. Благотворна для звучания голоса маленькая протяженность мягкого неба спереди назад. При этом легче фонируются высокие тона и наблюдается большая выносливость голоса. Для высоких голосов удобен узкий, короткий, крутой (высокий) небный свод. Эта закономерность наблюдается и у детей.

Сзади ротовая полость широким отверстием - зевом - открывается в глотку (в ее средний отдел). Сверху зев ограничен мягким небом, с боков - небными дужками, снизу - спинкой языка; зев может суживаться и расширяться. При пении зев расширяется или, как говорят вокалисты, «широко открывается». Расширение зева происходит при поднятии мягкого неба и опускании языка, что наблюдается при певческом зевке.

Глотка представляет собой мышечйую трубку, которая верхним расширенным отделом оканчивается под сводом черепа. Суживаясь книзу, глотка переходит спереди в гортань, а сзади - в пищевод. Глотка условно разделяется на три части: верхнюю (носоглотку), среднюю (ротоглотку), нижнюю (гортаноглотку).

Стенки глотки образованы сильными мышцами, идущими в продольном и циркулярном направлении. Благодаря им глотка может увеличиваться или уменьшаться, суживаться в различных отделах (нижнем, среднем, верхнем) и тем самым многообразно менять свою форму и объем, резонаторные свойства.

Приступая к занятиям с начинающими, я прежде всего обращаю внимание на установку корпуса ученика. Установка корпуса я головы имеет непосредственную связь с правильным голосообразованием. Ученик должен с первого занятия приучиться стоять в естественной позе, с выпрямленным позвоночником и с хорошо развернутыми плечами. Такая установка помогает правильному певческому дыханию.

Голова должна смотреть прямо и несколько вверх, но ее нельзя сильно задирать или опускать вниз: это связано с посылом звука. Предлагаю ситуацию, знакомую ученику из «го опыта. Например: 1) окликнуть из форточки квартиры друга, прогуливающегося во дворе; 2) понос заблудившегося в лесу; 3)Ярмарка. Предлагаю учащемуся прорекламировать свой товар таким образом, чтобы все окружающие пришли за покупкой именно к нему. Для этого использую выкрики и прибаутки уличных торговцев. Например:

Яблоки ранеты, яблоки! Кому яблоки?! Яблок ранет,

Каких на свете лучше нет! Или:

Ай да подсолнушки!

Ай да каленые!

Вот сейчас бы их приел,

Да хозяин не велел!

Вот орешки! Хорошие орешки! Вкусные, на меду, Давай в шапку накладу!

Кому пирожки,

Горячие пирожки?!

С пылу, с жару -

Гривенник за пару!

Нажарила, напекла

Акулина для Петра!

Давай - наскакивай! Посылать звуки нужно «не нажимая», без крика, а как бы устремляя мягкую голосовую струю к слушателям. Психологическая настройка помогает найти верный посыл звука.

Далее ставлю перед собой задачу - найти у ученика наиболее удобно и естественно формирующиеся звуки и на этих звуках вырабатывать правильный, хорошо резонирующий певческий тон. Чаще всего таковыми у детей и у сопрано являются звуки середины диапазона, примерно, от соль1 до до 2. октавы. Понятие правильно резонирующего певческого тона ищу на гласных О и у , предлагая спеть их, или таинственно, затаенно изобразить звуком гудение парохода. Такой подтекст помогает ощутить мягкий, резонирующий тон. Пока ученик не запомнит его и не сможет воспроизвести на средней части диапазона голоса, не следует идти дальше. Позднее это найденное звучание переноситься на другие гласные и расширяется по диапазону. Искать правильный тон и совершенствовать его в начале надо только на меццо-форте, не допуская ни громкого пения, ни пиано.

Секрет звонкости голоса

Правильное, звучание сопровождается определенными резонаторными ощущениями. Мощные вибраторные раздражения возникают у поющего не только в ротовой полости, но распространяются на другие резонаторные полости и участки тела. Если машинально активизировать верхние резонаторы, то поющий обязательно почувствует сильную вибрацию в области лицевых костей черепа. Это область, которая закрывается маскарадной маской - отсюда и происхождение певческого термина «звук в маске». Почему же вибрация ощущается наиболее сильно именно в области «маски»? (рис.8) Связано это с тем, что в лицевых костях черепа имеется ряд полостей, известных в анатомии под названием придаточных пазух носа; это - гайморова, лобная, основная, решетчатый лабиринт. Эти придаточные пазухи представляют собой нечто вроде причудливых пещер и каналов в лицевых костях (рис.9). В результате головного резонирования голос обретает «полетность», «металл», собранность. В вокальной практике головное резонирование называется высокой певческой позицией.

Вибрационным раздражениям подвергаются не только область верхних резонаторов певца, но и нижнего (грудного) резонатора. Восприятие поющим вибрации грудной клетки имеет непосредственное отношение к происхождению термина «опора». Грудное резонирование необходимо всегда связывать с головным.

При правильном пении на хорошей опоре и с хорошей озвученностью всех резонаторов у поющего возникает сильное ощущение вибрации буквально во всех участках тела, все кости дрожат. Этим ощущением, вероятно, объясняется термин «звук на костях».

Вокальное искусство представляет особые требования к силе и качеству певческого звука: слабый речевой аппарат должен стать мощно, красиво и далеко звучащим «музыкальным инструментом». Высокая позиция в сочетании с дыханием помогает учащимся овладеть свободным звучанием на всем диапазоне голоса. Исчезает разница в том, какие ноты берутся голосом - высокие или низкие, воспитывается выносливость голоса. К. Эверарди, говоря о сочетании верхних и нижних резонаторов, говорил: «Чем ниже, тем выше, а чем выше, тем ниже». В своей работе я использую координационно-тренировочный материал, который способствует осознанию действий мышц, участвующих в голосообразовании.

Осознание вибраций в области средних гайморовых полостей

1. Сделайте массаж лица.

2. Растяните мышцы лица в разные стороны.

3. Потрясите кожей лица.

4. Массажируя гайморовы полости кончиками пальцев, выдохните через рот непрерывный звук «ХИИИ» сначала беззвучно, а затем на высоте звука мн! фа1.

5. Выдохните звук «ХИ», поднимаясь по диапазону до ми2, после чего начинайте опускаться вниз. В это время с помощью мышц лица подвигайте кожей в области гайморовых полостей, как будто вы поправляете очки, соскочившие с переносицы. Па непрерывном звуке «ХИ» сморщите переносицу, расслабьте и вновь повторите это упражнение. Чередуйте массаж гайморовых полостей с упражнениями на сморщивание переносицы.

Звук должен проходить через рот, не смотря на то, что вы пробуждаете вибрации в области гайморовых полостей. В этих упражнениях язык должен быть абсолютно свободным.

Осознание вибраций в области носового резонатора.

1. Пальцем прижмите правую ноздрю. Через левую сделайте 5-6 коротких вдохов и выдохните через рот звук «ФФФФ».Затем то же проделайте с левой ноздрей. Повторите несколько раз, ощущая холодный воздух в носовых проходах н за мягким небом.

2. Закройте правую ноздрю и издайте звук «М» на средней высоте, представляя себе вибрации, вытекающие через левую ноздрю и согревающие холодные места. То же проделайте с другой ноздрей.

3. Проделайте то же самое, сфокусировав звук в большей степени на переносице н сморщивая ее на «М»

4. Нацельте звук «М» в сморщенную переносицу. Во время звучания помассируйте ноздри небольшими круговыми движениями по часовой стрелке. Повторить упражнение, поднимаясь по диапазону вверх на звуке «М».

5. Полностью нацеливая звук в нос, дайте ему возможность перейти от сфокусированного «ММ» в узкое «МИИ». Повторите «МИ-МИ-МИ», нацеливая звук в область переносицы и осознавая, что звук поступает в нос из-за мягкого неба. Звук ни в коем случае не поступает в рот.

6. Расслабьтесь. Опустите позвоночник.

7. Повторите звук «МИИИИ», направляя его в нос и поднимаясь по диапазону. Почувствуйте в носу гудение вибраций. Во время звучания расслабляйте мышцы языка и глотки.

8. Пошлите гудящий звук «ММ-ММ-ММ»в нос Положите пальцы на переносицу и представьте, что вы с помощью пальцев растягиваете вибрации от переносицы в разные стороны через кости скулы. Дайте возможность звуку слегка растянуться от «МИ-МИ-МИ» к узкому «МЭЙ-МЭЙ-МЭЙ». Через гребень костей скулы звучание будет веером расходиться в разные стороны от переносицы.

9. Освободите горло, мягкое небо и язык.

10. Направляйте звук «МИИ» в область переносицы. Распространите вибрации через скуловые кости на звук «МЭЙ». Затем (когда мышцы мягкого неба, «взлетев», откроют канал) сознательно направьте вибрации через рот на звук «МА-МА-МА».

11. Поднимаясь по диапазону вверх, повторите всю последовательность на одном дыхании «МИ-МИ-МИ» - «МЭЙ-МЭЙ-МЭЙ» - «МА-МА-МА».

Следующие упражнение: рот свободно открыт в вертикальном положении, нижняя челюсть расслаблена и опущена - именно такое положение голосообразующего аппарата наиболее способствует ясному резонансу и правильному произношению всех гласных звуков в следующем порядке: О, А, Е, И. Произнося их именно в таком порядке, мы заметим, что наши артикуляционные движения будут связаны с нижней челюстью. В ротоглоточном аппарате происходят микроартикуляционные движения.

При выполнении этого упражнения необходимо проследить, чтобы у учащегося не происходило перенапряжение корня языка.

Певческое дыхание и опора

«Высокая певческая позиция» невозможна без хорошо организованного певческого дыхания, т.к. оно является энергетическим фактором, от которого зависит сила и длительность звука, его тембровые краски.

Искусство пения - это искусство дыхания. Поэтому дыхание надо вырабатывать с начала занятий. Я уже говорила, как хорошо развернутая грудная клетка и прямая спина помогают сделать спокойный вдох вниз. Существует термин «глубина» - под этим понятием педагоги-вокалисты подразумевают вдох через нос, свободный, глубокий, легкий и наполненный. Например, как если бы вы захотели вдохнуть запах ветки сирени или мокрых листьев осенью. В нашем воображении возникает через обонятельное, зрительное чувство тот самый вдох, который мы впоследствии превратим в выдох - звук. В связи с этим для воспроизведения звука требуется создание значительного давления воздуха под голосовыми складками и, следовательно, в полости грудной клетки. Мы имеем возможность частично наблюдать работу органов, участвующих в дыхании. В зависимости от того, какие из этих органов принимают наиболее активное участие в дыхании, мы говорим о типах дыхания.

Различают следующие типы дыхания:

1. Грудное дыхание. При нем активно работают мышцы грудной клетки. Внешние дыхательные движения сводятся к активным движением стенок грудной клетки, особенно ее среднего отдела. Диафрагма мало подвижна. Этот тип дыхания был распространен в старо-итальянской школе (до начала XIX века). Разновидностью грудного дыхания является ключичное или верхне-грудное дыхание, в котором энергично участвуют мышцы верхнего отдела грудной клетки, плечевого пояса и шеи. Оно неприменимо для пения, т.к. является поверхностным, при этом мышцы шеи напряжены, ограничены движения гортани и голосообразование затруднено.

2. Смешанное, грудобрюшное (костно-абдоминальное) дыхание. При нем активны мышцы грудной и брюшной полости, а также диафрагмы.

3. Брюшное или диафрагматическое дыхание. При этом типе дыхания активно сокращаются диафрагма и мышцы брюшной полости, в частности видимые нами мышцы брюшной стенки, при относительном покое стенок грудной клетки.

Я считаю, что в пении надо пользоваться грудо-диафрагматическим дыханием, т.е. дышать так, чтобы расширялись нижние ребра, а верх и плечи были покойны. Спокойный, бесшумный вдох вниз, умеренный по количеству воздуха, взятый через нос — важное условие для последующего верного образования звука. Перегруженный, шумный, небрежный вдох не обеспечивает верной подготовки к пению. Перед началом пения следует подтянуть нижнюю часть живота (но не поддожечковую область).

Певческий вдох и выдох разделяются мгновенной паузой - остановкой дыхания, после чего начинается выдох. Мгновенная задержка дыхания перед воспроизведением звука является моментом фиксации положения вдоха.

Основными задачами правильного певческого выдоха является экономное расходование дыхания, под которым понимается постепенная его подача. Поэтому выдох нужно производить очень плавно и постепенно с ровной компактностью струн. Участвуют в выдохе, главным образом, мышцы грудного пресса, которые эластично и точно подают дыхание для каждого звука. Для высокого звука требуется одна плотность дыхания, для низкого - другая, для сильного звука надо побольше дыхания, для слабого - поменьше, для однородных по высоте и силе звуков необходима одинаковая плотность дыхания. Выдох осуществляется подтягиванием низа живота. Чем плавней и спокойнее вытекает дыхание («как вода из чайника»), тем лучше качество звука и тем дольше он способен звучать. Если перегрузить дыхание - тембр становиться глухим, а если недодать - то звук «садиться на горло», поджимается. Поскольку дыхание поддерживает звук, его можно сравнить с фонтаном. Если на струю фонтана положить мячик, то, подбрасываемый постоянно струей, он не будет падать.

Таким образом, без звука развить певческое дыхание невозможно. При работе над организацией певческого дыхания мною используются упражнения с длительными распевами гласных в слове, когда дыхание берется даже посреди слова, но по музыкальному смыслу распева.

Но координационно-тренировочный этап может включать в себя упражнения, помогающие осознанию работы мышц, участвующих в процессе дыхания. Дыхательные упражнения, как и все физические, способствуют укреплению и развитию дыхательных мышц, особенно у детей. Поэтому на своих уроках использую упражнения из гимнастики Стрельниковой.

Упражнение «Зонтик».

Проведите «вакумизацию легких» 3-4 раза.

Стойте свободно. Освободите легкие.

Сделайте подряд 6 сильных выдохов на звук «Ф».

Зажмите нос, закройте рот. Попытайтесь вдохнуть. Ваши ребра расширятся настолько, насколько это возможно (положение открытого зонта).

Опора дыхания является составной частью певческой опоры. Взаимодействие дыхания и голосовых складок определяют опору звука. «Борьба, происходящая во время звучания между давящим на вибрирующие связки воздухом и противодействующими этому давлению связками, и есть то, что должно называться опорой звука» (Юдин СП. Формирование голоса певца. - М.; 1962).

Отсюда ясно, что опора звука не может рассматриваться в отрыве от опоры дыхания и в основе лежит механизм обратной связи. Он частично отражается в нашем сознании в виде различных ощущений: вибрационных (от сотрясения тканей в результате резонанса), мышечных (от сокращения мышц), тактильных (от давления воздуха в надскладочных и подскладочных полостях). Все эти ощущения синтезируются в мозгу и превращаются в сложное чувство певческой опоры.

О работе гортани и регистрах.

Работа гортани скрыта от наших глаз, мы можем видеть только ее внешние движения. Гортань при пении устанавливается в особое певческое положение, которое отличается при покое и речи.

При обучении пению надо создать благоприятные условия для того, чтобы гортань смогла занять наиболее удобное положение для звукоообразования. Для этого необходимо добиться полной свободы движений нижней челюсти и языка, естественного зевка и правильного дыхания. Наблюдения за голосовыми складками во время пения в лабораторных условиях показали, что в случаях, где звукообразование происходит при плотно сомкнутых голосовых складках и они колеблются всей своей массой, преобладает грудное резонирование. Если же фонация происходит при неполно сомкнутых или только сближенных голосовых складках, и они колеблются не всей своей массой, а только узкими внутренними краями, резонирование голоса головное (рис9). Ноты среднего участка диапазона могут воспроизводиться как плотно сомкнутыми, так и неплотно сомкнутыми голосовыми складками.

Эти типы работы голосовых складок называют регистрами. По этим двум основным способам голосообразования различают два основных регистра: грудной и головной. При головном звучании мы говорим о головном регистре, при грудном - о грудном регистре и при смешанном звучании (грудном и головном) — о смешанном (микстовом) регистре. Первые два регистра называют натуральными, т.к. они встречаются у начинающих заниматься пением. Смешанный регистр считается производным от натуральных, он есть от природы в женских и детских голосах.

Основным требованием, предъявляемым к голосу, является ровность звучания во всем диапазоне. Ровность звучания в процессе обучения достигается путем сглаживания регистров. Особую трудность представляет работа над так называемыми переходными нотами, где отмечается ухудшение тембра, напряженность и неудобство воспроизведения звука.

Методическим приемом смешивания регистров является округление и «прикрытие» звука, которое по звучанию напоминает гласный звук «О».

По ощущению в пении горло должно быть абсолютно свободно, открыто, это значит, что мышцы шеи и горла должны быть свободны. Если я замечаю в этой области напряженность, скованность, то рекомендую повращать головой из стороны в сторону мягко и свободно или погладить шею, расслабив все напряженные мышцы. Также для освобождения шеи, горла, зева от напряженности предлагаю несколько раз от всей души хорошо, до слез, зевнуть; это открывает горло. Или предлагаю «напугать» маленький язычок в полости рта (делая вид, что пытаюсь его достать пальцем). Так ученик ощущает открытие зева и тренирует свои собственные мышечные ощущения. Полезно петь с закрытым ртом (мычание) и сейчас же продолжать звук с открытым ртом, сохранив направление звуковой струи. Но ноты с закрытым ртом не должны звучать в горле. Необходимо сконцентрированный звук направлять к верхним зубам, формируя:

о

губы (вертикально)

о

О горло (широким)

звук (округленным)

Координационно-тренировочные упражнения на освобождение языка.

1. Мышцы языка и челюсть абсолютно свободны. Язык перекатывается вперед-назад. Выдохните вибрации на звук «ХИ», направляя их вверх в голову и вперед на верхние зубы.

2. Выдыхайте попеременно звуки «ХИ», «ХА», на каждый звук берите новое дыхание. Звук «ХА» строится в той же позиции, что и звук «ХИ» у передних

3. Освободите вибрация на «ХИ-ХА» на одном дыхании. Сначала в статике, затем выстраивая и разрушая позвоночник.

4. Перекатите язык на звуке «И-А» на одном дыхании. Следите за свободой подъязычной мышцы.

5. Звуки «ХИ-Я-Я-Я» фокусируются в одной позиции у передних верхних зубов. Выполните выстраивая и разрушая позвоночник, поднимаясь и опускаясь по диапазону.

6. Выдохните вибрации на одном дыхании на звукосочетаниях: «И-Э-А», «Й-Э-А-О-У-Ы». Звуки перетекают друг вы друга.

Вложите в звучание эмоциональный подтекст: покой, освобождение, вдохновение, радость.

Координационно-тренировочные упражнения на освобождение мягкого неба со звуком.

1. Шепотом произнеся «КАА», вдохните холодный воздух на полном зевке,

растягивающем мышцы мягкого неба. Представьте себе холодный воздух,

спускающийся в дыхательный центр. Освободите теплые вибрации из центра на

«ХАЙ». Двигая спинкой языка вверх и вниз под мягким небом, получите звук

«ХА-Я-Я-Я».

Держите при этом кончик языка за нижними зубами. Язык раскрепощается и не дает толкать звук.

2. Полностью расслабьтесь. Представьте, что ваш знакомый находиться за окном,

через улицу, через поле и т.д. Позовите его на «ХЭЙ». Пусть импульс прибудет из

дыхательно-эмоционального центра. Позвольте горлу широко раскрыться,

представляя звуку свободный путь.

Координационно-тренировочные упражнения на освобождение мышц горла

1. Максимально запрокиньте голову назад, не вовлекая в это движение плечи. В этой позиции звуковой канал - прямой путь, по которому дыхание и звук могут беспрепятственно перемещаться от диафрагмы вверх. Никаких углов, поворотов, никаких заторов. В этой позиции выдохните шепотом «ХАААА». С помощью мышц задней поверхности шеи поднимите голову на вершину позвоночника. Выдохните шепотом «ХАААА».

2. Запрокиньте голову назад. Представьте, что челюсть и язык принадлежат передней части тела, а мягкое небо и череп - задней. Между передней и задней частями вообразите широкую расщелину. Освободите вибрации на звук «ХААААА» через расщелину. Зафиксируйте ощущение - горло в этом процессе остается совершенно безучастным.

Изучая процесс релаксации в области горла и устраняя горло от участия в поддержке звука, вы заметите, что связь с дыхательным центром становиться более отчетливой. 2. Повторяя упражнение, сфокусируйте внимание одновременно на месте

образования звука в центре и в конечной точке и в конечной точке его

пребывания «на потолке».

Координационно-тренировочный этап имеет большое значение в осознании действий мышц, участвующих в голосообразовании. Поэтому мне хочется закончить этот раздел изречением Гете: «Искусству пения, как и всякому другому искусству, должно предшествовать известное механическое уменье».

Вдохните запах чудной розы! (освобождение голоса)

В 1997 году мне посчастливилось присутствовать на уроках вокала в Российской Академии Театрального Искусства (ГИТИС) у педагога Ганешиной Марии Андреевны. Важнейшей и отличительной чертой ее уроков явилась удивительная образность и эмоциональность. Задачу по освобождению голоса она решала так: предлагала студентам петь одновременно с выполнением каких-либо движений. И увидев данный прием, мне подумалось, что для юных вокалистов это будет интересно и полезна. Попробовала заниматься с учащимися пением, используя танцевальные движения. Заметила, что выполняя хороводный шаг, выстраивается позвоночник, а отсюда, лучше организуется дыхание, голос звучит полетнее и свободнее. Распеваясь по полутонам и двигаясь вверх по диапазону, учащиеся достаточно свободно поют высокие ноты (фа2, соль2). Но если в произведениях встречаются скачки, то это вызывает определенную трудность и появляется зажим. Голос звучит напряженно и задавленно. Тогда предложила учащимся упражнение:

1. Стать напротив стены на расстоянии шага.

2. Расслабить все мышцы корпуса и рук, представить себя «тряпичной куклой», которую Карабас Барабас повесил на гвоздь за центр спины.

3. Распрямить корпус и начинать пение. Одновременно с исполнением скачка «уронить расслабленный корпус» на стену.

Повторив на уроке упражнение несколько раз, добиваясь снятия психологического зажима и страха перед исполнением высокой ноты.

Иногда предлагаю при исполнении скачка, крепко сжать резиновый эспандер. Увлекаясь движением, учащиеся забывают о предстоящих трудностях, перенося мышечное напряжение в кисти рук и одновременно освобождая мышцы гортани и шеи.

Пение — это выражение эмоций, и управлять певческим процессом легче всего при помощи эмоций. Голос, не основанный на эмоциях, не представляет интереса с вокально-технической, ни с эстетической точек зрения и ведет к скучному, обреченному на неудачу звукоподражанию.

Отсюда, на своих занятиях слежу не только за звуком, но и позой, манерой держаться, выражением глаз и лица.

Для достижения результата задействую словесные характеристики из области зрительной, осязательной, и даже вкусовой: «дай много солнца», «вдохни запах чудной розы», «погладь звук, как маленького пушистого котенка» и т.д. Связь зрительных впечатлений со слуховыми вполне закономерна и объяснима законами физиологии. Приятные ощущения благотворно влияют на работу наших органов н нередко это гораздо быстрее приводит к цели, чем «держи дыхание», «раздвинь ребра», «подними купол» и т.д. Послушайте голос слепого певца; он уныл и печален, т.к. ему недостает ярких зрительных впечатлений, так сильно влияющих на наше музыкальное воображение и тембр голоса.

Поэтому, на мой взгляд, эмоциональное, увлеченное пение способствует раскрепощению голоса. А раскрепощаясь, голос приобретает качественно иное звучание: звонкость, силу, жизнерадостность. Комбинируя различные методы (словесный рассказ, показ голосом, тактильные приемы, зрительные сравнения и образы) я добиваюсь свободного звучания голоса, которое способствует решению исполнительских задач. Далее открываются возможности работы над музыкальным образом.