

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	
1. ГОЛОСОВАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРИГОДНОСТЬ И ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ ПРИ ОБУЧЕНИИ ПЕНИЮ.....	4
2. ВЕДУЩИЕ ФАКТОРЫ ЗВУКООБРАЗОВАНИЯ.....	6
2.1. Певческое дыхание.....	10
2.1.1. Упражнения для работы над певческим дыханием.....	13
2.1.2. Гимнастические упражнения для развития грудной клетки.....	14
2.1.3. Упражнения на укрепление певческого дыхания.....	16
2.2. Ротовая полость и её роль в процессе голосообразования.....	17
2.3. Голосообразующие органы: глотка и гортань.....	21
2.3.1. Работа голосовых связок.....	23
2.4. Понятие атаки и опоры звука.....	24
2.5. Резонаторы.....	26
3. ОБРАЗОВАНИЕ ЗВУКОВ РЕЧИ.....	29
3.1. Систематизация гласных.....	29
3.2. Артикуляция гласных.....	29
3.3. Артикуляция согласных.....	31
3.4. Классификация согласных.....	32
3.5. Произношение согласных в связи с наиболее часто возникающими ошибками.....	35
3.6. Особенности дикции.....	35
3.7. Певческая артикуляция и тип гласного.....	37
3.8. Рекомендуемые упражнения для работы над дикцией.....	41
4. ИСПРАВЛЕНИЕ НЕДОСТАТКОВ ВОКАЛЬНОГО ЗВУКООБРАЗОВАНИЯ. МУТАЦИЯ ГОЛОСА.....	50
5. МЕТОДИКА РАБОТЫ НАД ПРОСТЕЙШИМИ ПОПЕВКАМИ, ВОКАЛЬНЫМИ УПРАЖНЕНИЯМИ И ТЕМБРОМ ГОЛОСА.....	58
5.1. Работа над вокальными упражнениями.....	58
5.2. Работа над тембром голоса.....	60
5.3. Рекомендуемые упражнения для выработки профессиональных качеств голоса.....	63
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ И РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	69

ВВЕДЕНИЕ

Постановка голоса – процесс развития в голосе качеств, необходимых для его профессионального использования. Голос может быть поставлен для сценической работы, ораторской речи, для пения в том или ином жанре вокального искусства. Поставленный голос обладает повышенной выносливостью, красивым тембром, устойчивостью, большой силой и диапазоном.

Постановка голоса имеет большое значение для будущего учителя музыки: он должен быть всесторонне развит и эрудирован не только в эстетическом плане, но и в отношении технических способов достижения эстетических идеалов. Поэтому основополагающим предметом является урок вокала, где идет обучение практическим и теоретическим основам правильного произношения, звукообразования. Знание физиологической природы голоса необходимо будущему учителю не только для того, чтобы научиться сознательно управлять собственным голосом, находить его скрытые резервы, постоянно совершенствовать и оберегать его от различного рода расстройств, но и для того, чтобы уметь передавать свои представления о голосе и свой опыт ученикам, что в высшей степени важно для педагогической деятельности.

Если студент регулярно занимается постановкой голоса, то у него улучшается тембр, увеличивается сила звука, расширяется диапазон, начинает звучать голос на хорошей опоре, звук округляется.

В первые месяцы работы над постановкой голоса большое внимание необходимо сосредоточить на освоении начальных факторов, таких, как манера удобно и красиво стоять, спокойно и правильно брать дыхание, свободно атаковать звук. Указания педагога должны быть направлены на нахождение естественности и свободы процесса звукообразования. Требования усложняются постепенно в зависимости от восприимчивости студентом ранее предложенного материала.

Работа всегда должна быть направлена на устранение недостатков в соответствии с индивидуальными возможностями каждого студента. Все упражнения подчинены главной цели – формированию и перспективному развитию свободной певческой эмиссии тона.

В процессе звукообразования все части голосового аппарата (дыхательные органы, голосовые связки, гортань, резонаторы) находятся в определенном взаимодействии, и если нарушить баланс этого взаимодействия, то невозможно будет добиться хороших результатов.

В учебно-методическом пособии содержится материал по основным проблемам постановки и гигиены голоса в вокальном воспитании учащихся. Пособие имеет пять глав. В первой дается представление о профессиональной пригодности голоса будущих учителей музыки, о его

нормальных возможностях и нарушениях, связанных с неправильным использованием. Здесь же раскрываются гигиенические требования при обучении пению. Содержание этой главы подготавливает к пониманию специфики вокального воспитания.

Самые большие главы в пособии – вторая и третья. В них излагаются особенности освоения вокальным мастерством, рассматриваются последовательные этапы работы над певческими элементами в их взаимосвязи. Помимо теоретического материала предлагаются практические упражнения для работы над певческим дыханием, развитием грудной клетки, работой языка, губ, положения гортани. Здесь говорится об артикуляции гласных и согласных звуков, об исправлении ошибок произношения согласных, рекомендуются упражнения для работы над дикцией. Этот материал формирует навыки и умения, необходимые для вокального воспитания.

Четвертая глава учебно-методического пособия посвящена исправлению недостатков вокального звукообразования и знакомит с мутацией голоса. Цель данной главы – систематизировать типичные недостатки голосообразования, обозначить причинно-следственный характер проблемного звукообразования в работе с детским голосом на начальном этапе и наметить пути его преодоления. А в заключительной, пятой главе освещаются методические вопросы работы над простейшими попеvками, вокальными упражнениями и тембром голоса учащегося, подчеркивается значение гигиены голоса, которая помогает сохранять его работоспособность.

Знакомя будущего учителя с основными проблемами постановки голоса, мы понимаем, что были затронуты только основные методические аспекты вокального воспитания. Свою задачу автор видит в ознакомлении будущих учителей с закономерностями методики, а так же идеями охраны певческого голоса, которые особенно актуальны. Они не всегда еще полностью реализуются в повседневной практике, хотя и являются основой вокального воспитания.

Овладение методикой постановки голоса – необходимое условие успешной работы учителя музыки в школе, а также в кружковой деятельности с учащимися.

1. ГОЛОСОВАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРИГОДНОСТЬ И ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ ПРИ ОБУЧЕНИИ ПЕНИЮ

В современном обществе постоянно увеличивается число людей голосоречевых профессий. Большие голосовые нагрузки предъявляют и повышенные требования к голосовому аппарату, в связи с чем возникает необходимость в разработке профилактических мер для сохранения здорового голоса и поиске наиболее рациональных путей его восстановления в случае нарушений.

К профессиям с повышенной голосоречевой нагрузкой относят учителей, воспитателей, актёров, вокалистов, дикторов, священнослужителей, адвокатов. Степень голосовой нагрузки у них настолько велика, что превышает нормальные возможности голосовой функции и нередко приводит к профессиональным заболеваниям.

При постоянном пренебрежении основными требованиями гигиены голоса он становится осиплым, теряет блеск, слабеет, изменяется его тембр, суживается диапазон, отмечается одышка. При длительной голосовой нагрузке без отдыха в гортани возникают стойкие изменения. Профессиональными нарушениями голоса считают заболевания, в основе которых лежат систематическое перенапряжение голоса и грубые нарушения техники голосообразования. Нарушение голосовой функции можно рассматривать как проявление изменений анатомических элементов гортани, нервно-мышечного аппарата и различных отделов центральной нервной системы, которая прямо или косвенно с помощью различных связей принимает участие в развитии заболевания.

Для того чтобы оценить голос человека, необходимо знать основные характеристики нормального голоса и их отличие от типичных признаков нарушений. Нормальный голос, обеспечивающий эффективное речевое общение и вокальное пение, должен быть приятным на слух, обладать соответствующим балансом ротового и носового резонанса, быть достаточно громким. Основная частота речи и высота основного тона фонации должна соответствовать возрасту, размерам тела и полу; голос должен иметь модуляции в соответствующем диапазоне.

Проблема восстановления механизма голосообразования и профилактики голосовых нарушений актуальна для всех и решать её надо по следующим направлениям:

1. Воспитание детского голоса.
2. Воспитание голоса у подростков.
3. Профессиональный отбор для обучения при выборе голосоречевых специальностей.
4. Профилактическая работа с голосом.
5. Восстановление голоса при заболеваниях голосового аппарата различного генеза.

В зависимости от этиологии и механизма нарушения голоса при его восстановлении выдвигаются две задачи:

1. Выявление и включение компенсаторных возможностей организма.

2. Ликвидация патологического способа голосообразования.

Курс фонопедической терапии необходимо начинать сразу после выявления дефекта голосообразования. Это предупредит фиксацию навыка патологического голосообразования и появления невротических реакций, что значительно улучшит прогноз.

Гигиенические требования при обучении пению

Учение о высшей нервной деятельности даёт основу для целого комплекса гигиенических положений, знание которых необходимо каждому педагогу-вокалисту в процессе работы с учениками.

Навыки в пении представляются собой ряд выработанных условных рефлексов.

Образование этих условных рефлексов происходит под влиянием целого комплекса внешних и внутренних раздражителей, действующих во время урока.

Внешние раздражители – это вся внешняя обстановка, окружающая занятия: вид и обстановка комнаты, освещение, посторонние шумы, звуки, присутствующие посторонние лица, объяснения педагога, демонстрируемые отдельные вокальные фразы и т. д.

Внутренние раздражители – это деятельность всех органов и систем, участвующих в пении и оказывающих на него влияния (главным образом координирующее), деятельность различных мышц и их групп, дыхательных органов, сердечно-сосудистой системы, органов слуха и зрения.

Кроме того, на образование певческих навыков сильно влияет предыдущий опыт учащегося, сложившийся по принципу выработки временных связей: если в прошлом учащемся были привиты неправильные навыки, то образованные раньше условные рефлексы будут тормозить выработку новых, что, конечно, осложнит работу педагога.

Большое влияние на течение педагогического процесса оказывают также эмоции, которые всегда в той или иной степени сопровождают пение. Эмоции являются ответной реакцией организма на полученное раздражение. В этой реакции участвует вегетативная нервная система, вызывая, например, сжатие или расширение кровеносных сосудов. При сильных эмоциях человек может бледнеть и дрожать от страха, краснеть от гнева и стыда, плакать и прыгать от радости и т. д. Помимо этого, в учебно-педагогическом вокальном процессе большую роль играют показ и слово. Необходимо добиваться от певца сознательного и активного отношения к тому, чему его обучают. При таком отношении повышается возбудимость коры головного мозга обучающегося, поэтому материал лучше и скорее усваивается.

Важно, чтобы изучаемый материал был интересен. Всем известно, что наблюдается большая разница в усвоении учащимися вокализа или какого-либо вокального произведения, которое им нравится. В первом случае дело чаще всего идет вяло, во втором – гораздо быстрее и продуктивнее. Нужно придерживаться систематичности и последовательности в подаче материала, а также его доступности и наглядности.

Надо создавать обстановку, благоприятную в отношении внешних раздражителей на ученика. На первых уроках не должны присутствовать другие учащиеся и посторонние. Следует обеспечить по возможности полную тишину как в комнате, где идут занятия, так и в прилегающих к ней помещениях, сведя излишние раздражители к минимуму. Не допустимо, чтобы из соседней комнаты доносились звуки музыки, пения. Обстановка комнаты, освещение – все должно способствовать тому, чтобы на ученика воздействовали положительные раздражители.

В дальнейшем, после того как первоначальные певческие навыки закрепились, нужно в строгой последовательности собственно изменять внешнюю обстановку. Уроки начинают проводить в присутствии других учеников, сначала одного, двух, затем большего их числа, постепенно подготавливая певца к выступлению перед слушателями.

Педагог должен учитывать воздействие внутренних раздражителей на ученика. Состояние здоровья студента и его общее самочувствие (обусловливаемое внутренними раздражителями) имеют большое значение для хода занятий. Занятие всегда проходит хуже, если певец чувствует себя нездоровым, хотя, быть может, внешних признаков болезни нет.

Существенное значение имеет при обучении пению умелое использование эмоционального воздействия. Если у певца образование временных связей идет медленно и учебно-тренировочные навыки прививаются с трудом, педагог может воспользоваться влиянием эмоций. Для этого возможны такие меры, как замена разучиваемого материала более понятным или нравящимся певцу, сопровождение занятий пропеванием или проигрыванием вокальных отрывков, проведение эмоционально насыщенных бесед, посвященных мастерству выдающихся певцов, авторов вокальных произведений и т. д.

В целях лучшего усвоения материала и благотворного воздействия положительных эмоций на обучающегося пению, желательно в часы занятий вокалом прослушивать пластинки с записями выдающихся мастеров пения. Такое прослушивание может сопровождаться беседой педагога-вокалиста, в которой он выскажет свое мнение о прослушанном, укажет на техническую и художественную сторону исполнения и т. д. Будущие учителя музыки должны систематически посещать концерты и спектакли с участием хороших певцов, как отечественных, так и зарубежных. Для этого необходимо организовать коллективные посещения

спектаклей и концертов во главе с педагогом-вокалистом.

В интересах гигиены голоса и профилактики профессиональных заболеваний у студента педагог должен развивать и совершенствовать большое дыхание. Под большим дыханием разумеется такое натренированное певческое дыхание, которое может обеспечить максимальную длительность фазы выдоха.

Максимальная длительность выдоха должна быть такова, чтобы певец мог без дополнительного вдоха и изменения качеств голоса петь вокальные фразы большой длительности, встречающиеся в вокальной литературе.

Необходимо также совершенствовать работу артикуляционного аппарата, вырабатывая правильную дикцию, которая в соединении с кантиленой даст возможность певцу легко справляться с самой трудной вокальной работой и будет способствовать профилактике профессиональных заболеваний голоса. Педагогу нужно специально работать над тем, чтобы певец научился сохранять координацию работы мускулатуры, участвующей в голосообразовании. Это содействует правильной работе всех частей голосообразовательного аппарата и тем самым является гигиеническим критерием. Напряжение мышц дает большую опору выдоху и улучшает качество звучания голоса.

Вопросы и задания

1. Какие, по вашему мнению, основные требования предъявляют к гигиене голоса?
2. Раскройте принципы профилактических мер для сохранения голосового аппарата.
3. Раскройте направления восстановления механизма голосообразования.
4. Определите значение большого дыхания в профилактике профессиональных заболеваний.
5. Как долго должны длиться занятия по пению на протяжении первого года обучения?

2. ВЕДУЩИЕ ФАКТОРЫ ЗВУКООБРАЗОВАНИЯ

2.1. Певческое дыхание

Искусство пения есть искусство дыхания – очевидная истина для любого вокалиста. Воздух в лёгких – это топливо, без которого невозможно формировать звук. Поэтому с самого начала нужно уделить дыханию самое пристальное внимание.

При дыхании, как известно лёгкие наполняются воздухом, после выдоха снова возобновляется вдох. Наполнение лёгких воздухом, то есть вдох, происходит при помощи ряда мускулов, окружающих грудную клетку, сама же ткань лёгких в этом процессе активного участия не принимает.

С боков лёгкие ограждены подвижными ребрами, которые расширяют грудную клетку при помощи мускулов, а со стороны брюшных органов – плотным мускулом, называемым грудобрюшной преградой или диафрагмой. Диафрагма имеет куполообразное положение, сокращаясь, «купол» становится более плоским и влечёт за собой вдох.

Обычно человек дышит 16–17 раз в минуту: на вдох и выдох уходит секунды 3–4, причем между выдохом и вдохом происходит короткая пауза. При пении вдох и выдох происходят не так часто, как в обычном состоянии. Чтобы пропеть ряд слов, приходится дышать не 16 раз в минуту, а 6–7 и меньше, причем вдох часто должен быть сделан очень быстро; затем, в полную противоположность простому дыханию, воздух приходится задержать в лёгких и выдохнуть его не сразу, а использовав для воспроизведения звука. От состояния и качества мускулатуры, окружающей грудную клетку, в значительной степени зависит умение певца владеть своим дыханием. Если мускулатура грудной клетки слаба, следует принять меры к её развитию. Дальше будет приведен ряд указаний, как это сделать.

Основные типы дыхания много раз описаны в литературе по вопросам вокальной педагогики. Они сводятся к следующему:

1) «грудное» дыхание, в котором участвуют мускулы верхней части грудной клетки;

2) «ключичное» дыхание, при котором грудная клетка расширяется вверх, в сторону плеч;

3) «нижнерёберное» дыхание, когда расширяются в стороны нижние ребра.

4) дыхание «диафрагматическое», расширяющее грудную клетку в сторону брюшных органов, отчего этот тип дыхания называется также «брюшным».

Типы дыхания индивидуальны. Их можно разделить на две главные группы: 1) грудное дыхание, свойственное главным образом женщинам,

и 2) дыхание нижнерёберное, или диафрагматическое, свойственное мужчинам.

В пении все должно происходить естественно и свободно. Положение тела поющего должно быть энергичное: слегка откинутые назад плечи, приподнятая грудь, прямо и естественно держащаяся голова. Не рекомендуется во время пения ни на что опираться. Стоять нужно, делая упор в равной степени на обе ноги или слегка выдвинув одну из них вперед. Но, в то же время, нельзя допускать никакой напряжённости в положении корпуса.

Вопрос, как правильно дышать при пении, волнует педагогов уже несколько столетий. Пока никому не удалось аргументировано опровергнуть, что наиболее оптимальным для вокала является нижнерёберно - диафрагматическое дыхание. Именно оно дает отличную опору звуку и позволяет вести длинные фразы. К сожалению, мы в повседневной жизни таким дыханием практически не пользуемся, поэтому придется немного поучиться. И это станет хорошим началом занятий по постановке голоса.

Давайте попытаемся воспроизвести нижнерёберно-диафрагматическое дыхание:

- встаньте прямо, почувствуйте опору в ногах,
- поставьте руки на нижнюю часть рёбер,
- глубоко вдохните через нос так, чтобы руки почувствовали, как рёбра раздвигаются в сторону,
- передняя стенка живота при этом выдвигается вперед,
- плечи должны оставаться неподвижными;
- постепенно выдыхайте воздух (рёбра и живот возвращаются в исходное положение).

Чтобы лучше понять, представьте, что вы шарик, который нужно наполнить воздухом, а затем постепенно сдуть.

Обратите внимание:

1. Вначале для контроля ощущений вдыхать можно спокойно, но при пении вдох должен быть быстрым и энергичным. Напротив, выдыхать старайтесь как можно медленнее и без толчков. Чем больше вы выдыхаете, тем более широкая фраза будет вам по плечу.

2. Просто выполнять упражнение на дыхание не имеет особого смысла, но при пении следить за правильным вдохом нужно всегда. Для этого во время занятий держите руки на рёбрах.

Чтобы освоить диафрагматическое дыхание, можно рекомендовать следующее упражнение: нужно лечь на спину, на подушки или на твёрдую поверхность. Осознав и проследив движение грудной клетки при данном лежащем положении, надо постараться применить его стоя. Для этого требуются длительные, систематические упражнения, чтобы освоить подобный способ дыхания и обратить его в привычный и естественный.

Если студент поёт только на занятиях вокала, один-два раза в неделю, ясно, что дыхание его не разовьётся. Занятия голосом требуют ежедневной тренировки, без которой студент не только не продвинется вперед, но и сама успешность занятий может оказаться под угрозой срыва.

Певцу необходимо выработать плавный и постепенный выдох, обеспечивающий длительное фонирование. При вдохе надо ощущать движение нижних рёбер в стороны, а так же натяжение мышц спины, т. е. как бы «мысленно растянуть находящуюся внутри между рёбер пружину» и во время пения удерживать состояние вдоха, «раскрытость» нижних рёбер и подтянутость низа живота. Необходимо научиться при вдохе пользоваться как ртом, так и носом. При необходимости взять быстро и много воздуха пользуются ртом, иногда, с целью предупреждения «перебора» дыхания – носом. При этом надо помнить, что вдох должен быть всегда бесшумным. На первоначальных этапах надо рекомендовать брать дыхание носом, чтобы закрепить более глубокий вдох. Дыхание должно браться легко, но обязательно глубоко. При вдохе не рекомендуется набирать много воздуха, так как это может способствовать зажатию голосового аппарата и дыхание может «запереться» от усилия мышц, удерживающих большое количество воздуха.

Важно также овладеть ритмом дыхательного процесса, он и будет руководить, регулировать количество набранного воздуха. Первейшим условием свободы дыхания является умение ритмично дышать. Постепенно, по мере овладения ритмичностью дыхания, усложняется и характер исполняемого музыкального материала. В рамках одного упражнения, например, можно пройти от медленного темпа к более быстрому. Это позволяет выработать умение пользоваться как медленным, глубоким вдохом, так и коротким, быстрым в рамках уже освоенного материала.

Для овладения глубоким дыханием на первоначальном этапе обучения рекомендуются беззвучные дыхательные упражнения. Хотя практика показала, что можно в совершенстве овладеть беззвучными дыхательными упражнениями, но иметь короткое певческое дыхание, и, наоборот, певцы могут владеть исключительным по силе длительности дыханием в пении, не занимаясь специальными дыхательными упражнениями без звука. В начале обучения педагог, объясняя и показывая способы правильного вдоха, объясняя, какие дыхательные мышцы работают в это время и как они работают, для ускорения процесса, может использовать некоторые беззвучные упражнения.

Студент, который только начинает постигать певческое мастерство должен, прежде всего, научиться правильно брать дыхание. В освоении этого процесса на занятиях рекомендуется использовать различные образные выражения: «растяни пружину, находящуюся внутри твоего тела» (у женщин, чтобы разошлись нижние рёбра, мужчинам, чтобы

ощущать раскрытыми диафрагму и спину), «глубоко вдохни прекрасный запах и затаись» или «поставь тяжелый чемодан и вдохни с облегчением» и т. д. Если ученик освоил принципы правильного вдоха, ему можно порекомендовать следующие беззвучные упражнения (в том числе, в качестве домашних заданий). Взять руками раскрытые дыханием рёбра, ощутить короткую задержку и медленно, (можно со счётом) выпускать задержанный воздух. Можно медленно приседать, держа руки на талии и медленно выпуская воздух, активизируя при этом работу пресса.

Хотя многие придерживаются того мнения, что в пении важен не сам вдох, а тормозящий выдох, практика показала, что без освоения правильного глубокого, свободного вдоха трудно организовать хороший рациональный выдох, поэтому с первых занятий обязательно надо выработать правильно взятый, глубокий, устойчивый вдох, и это в конечном счёте даст в последствии возможность хорошо руководить «выдохом».

Независимо от цели исполняемого упражнения или произведения вдох должен обязательно браться глубоко. Характер «темпа вдоха» и количества набираемого воздуха, в свою очередь, зависит от темпа, в котором исполняется упражнение, произведение. В случае, если темп медленный, вдох берется медленно и глубоко, если быстрый, то быстро и тоже обязательно глубоко. Вдох не должен быть поверхностным. Если исполняется короткая фраза, то дыхания берется немного, для длинной фразы берется больше дыхания, но не следует слишком переполнять лёгкие – большой объём дыхания трудно удержать и им управлять. Вдох обязательно фиксируется, задерживается, «затаивается». Чтобы дыхание «не запыралось» после вдоха, задержка должна быть короткой. Когда дыхание взято, то воздух равномерно подаётся к голосовым связкам. Ученик должен следить за равномерностью подачи дыхания «с пояса, из глубины колодца» – «воздух превращается в звук». Выражения «взять звук сверху на себя», «отдать дыхание», «вылить дыхание в звук», ориентирует ученика на необходимость задержки дыхания в певческом положении и создание необходимого для пения подсвязочного давления. Дыхательные мышцы во время фонации активны и эластичны, сам же вдох плавный и бесшумный.

Очень важно правильно распределить дыхание – это необходимое условие правильной постановки голоса.

Если в начале занятий внимание вокалистов обращается на то, куда взять дыхание, то на последующих занятиях внимание фиксируется на том, как удержать его, экономно расходуя, обеспечивая длительное и плавное звучание.

Упражнения для работы над певческим дыханием.

На первом этапе работы над постановкой голоса нередко выполняются дыхательные упражнения вне пения (дыхательная

гимнастика). Существуют различные точки зрения на целесообразность использования этих упражнений для формирования навыка певческого дыхания. Большинство педагогов-вокалистов всё же считают их необходимыми, особенно на первом этапе работы, когда лишь вводится понятие о правильных дыхательных движениях. С этой целью используются различные комплексы дыхательной гимнастики. Например:

Упражнение 1.

Короткий вдох через нос при выдвигании стенки живота вперёд, активизации мышц спины в районе пояса и небольшом раздвижении нижних рёбер с фиксацией на этом внимания студента. Каждый обучающийся контролирует свои движения, положив ладони рук на косые мышцы живота. Выдох по возможности длинный и равномерный со счётом. При повторении упражнения выдох удлиняется.

Упражнение 2.

Короткий и глубокий вдох через нос при выдвигании вперёд стенки живота, задержка дыхания по сигналу педагога. Мягко воспроизвести закрытым ртом звук заданной высоты в середине диапазона и тянуть его ровным и умеренным по силе голосом. Сначала звук длится 2–3 секунды, затем время звучания постепенно увеличивается.

Для скорейшего формирования прочного навыка правильных дыхательных движений упражнения следует выполнять регулярно: на первом этапе работы – на одном занятии по несколько раз. На них уходит не более 2–3 минут. Нередко в вокальной работе используется метод ***произнесения слов*** активным шёпотом, с чёткой артикуляцией, в ритме мелодии. Этот метод не только укрепляет дыхательные мышцы, способствует появлению ощущения опоры на дыхании, но и тренирует артикуляционный аппарат.

Условием для выработки правильных дыхательных движений следует считать соблюдение певческой установки. На занятиях студент должен сохранять необходимую подтянутость. Нарушение правильной позы есть признак утомления певца. В этом случае целесообразно сделать глубокий вдох, поднимая руки вверх, затем, после задержки дыхания на несколько секунд, медленный выдох, опуская руки. Повторить движение несколько раз.

Вокалистам полезно держать руки на поясе, и, вбирая воздух одновременно через рот и нос, стараться при выдохе (бесшумном) ощутить, как воображаемый воздушный поршень опускается вниз, вместе с рёбрами раздвигаются при этом в стороны руки, брюшной пресс подается чуть вперёд. Выдох осуществляется с ощущением пения «на себя», а не «из себя», т. е. на выдохе певец должен стремиться сохранить состояние вдоха (зафиксировать нижние рёбра в раздвинутом состоянии). Выдох производится ровно и постепенно (как бы дуешь на зажённую свечу).

Упражнения на укрепление певческого дыхания.

Упражнение 1. Мягко, по сигналу преподавателя, взяв глубокое дыхание «в живот», вокалист равномерно, медленно и беззвучно выдыхает воздух, многократно произнося согласную «ф». При этом воздушная волна как бы мягко бьёт в переднюю стенку живота. Все внимание вокалиста сосредотачивается на глубине дыхания, работе брюшного пресса, сбережении воздуха. Упражнение выполняется при полной физической свободе, мягко. Упражнение без звука следует сочетать с исполнением упражнений на отдельные гласные.

Упражнение 2. Очень полезно в качестве тренировки заставить вокалиста почувствовать ощущение беззвучного крика (беззвучно кричать «а»). При этом внимание должно быть сосредоточено на ощущение диафрагмы: чем сильнее воображаемый крик, тем ощутимее он на диафрагме.

Упражнение 3. Хорошо помогает почувствовать глубину дыхания следующее упражнение. Надо попросить поющего «промычать», «пробасить» гласную «а» как бы «животом» и обязательно ощутить при этом зависимость силы звука от работы диафрагмы и брюшного пресса: как только повышается интонация и усиливается звук, тут же наступает ответная реакция – диафрагма тяжелеет, живот чуть выдвигается вперёд. Певец должен физически ощутить полную взаимосвязь между процессом дыхания и звукообразования.

Упражнение 4. Интонируем слог «ой» на удобной высоте, имитируя состояние испуга. При этом момент начала звука должен быть стремительным, быстрым, зафиксированным на диафрагме; именно в этом месте находится опора звука. После фиксации начала звука его следует продолжить, протянуть на гласную «и», ощущая плотное свободное звучание на опоре и диафрагме.

Упражнение 5. Ощутите на ладонях выдох из открытого рта так, как это делают на морозе, стараясь согреть дыханием руки. Выдох должен быть бесшумным, но достаточно интенсивным и равномерным.

Для студента важно овладеть певческим дыханием. Нужно помнить положение о том, что можно взять много дыхания, но его превращение в звук будет плохим, например, при форсировке. Дыхание нельзя перебирать и давать его больше, чем требуется. Дыхание в пении как бы обратно речевому. В речи оно тратится, естественно вытекает, и живот при этом втягивается, а в пении живот идет несколько вперёд. В пении нельзя давать животу проваливаться, должно быть стремление удержать его и подать вперёд.

Опора дыхания.

Понятие «опора дыхания» трактуется в вокальной методической литературе недостаточно ясно, так как вопрос этот чрезвычайно сложен и в общем еще мало изучен. Однако разобраться в нём все же следует.

Известно, что спокойный физиологический выдох производится при пассивном спадании грудной клетки и расслаблении диафрагмы, переходящей из вдыхательного - низкого положения в выдыхательное - высокое, приподнятое. При пении выдох на «опоре» требует активного торможения, спадания грудной клетки мышцами- вдыхателя, что даёт плавность, а главное, упругость выдоха.

При фонации дыхательные мышцы попеременно производят то вдыхательные, то выдыхательные движения. Однако этот вопрос должен, видимо, еще глубоко изучаться, так как на практике в пении выдох растягивается во времени, следовательно, элемент торможения в нём присутствует. Такое торможение выдоха в педагогической практике иногда называется «вдыхательной установкой». При «опоре дыхания» действия и ощущения поющего сводятся к следующему: после вдоха и «задержки» - выдох производится максимально плавно, нижние ребра спадают не сразу, а постепенно. Ощущение активного торможения выдоха, выражающееся в напряжении в области нижних рёбер и передней стенки живота, должно сохраняться до самого конца выдоха. Естественным результатом заторможенного выдоха явится экономизация дыхания. Воздух не выпускается сразу, а истекает из лёгких постепенно и при фонации весь превращается в звук. Достижение экономного «опорного» дыхания, а в дальнейшем и звука, требует постоянной и целеустремленной тренировки.

2.2. Ротовая полость и её роль в процессе голосообразования

Для того чтобы будущий педагог или профессиональный певец мог не только на уровне интуитивных ощущений, но и сознательно пользоваться всеми приемами вокальной техники, ему необходимо хорошо представлять себе строение ротовой полости.

Рот представляет собой живой рупор, проводящий и модифицирующий (путем артикуляции) звуки, образуемые в резонаторных полостях голосового аппарата. Конфигурация его в высшей степени подвижна, потому что в нём много мышечных частей. На дне рта лежит язык, весь состоящий из сплетения мышц и поэтому он может принимать самые разнообразные формы и, тем самым, изменять конфигурацию полости рта. Позади твёрдого нёба расположено мягкое

нёбо с нёбной занавеской, также снабжённое мышцами и могущее подниматься, опускаться, растягиваться, оттягиваться назад. От нёбной занавески, образуя нёбный свод на уровне задней границы рта, по боковым стенкам глотки идут нёбные дужки, в которых также заложены мышцы, которые, сокращаясь, могут изменять качество певческого тона.

Комбинированной работой лицевых мышц мы придаем губам и отверстию рта самые разнообразные очертания, что также сказывается на окраске звука. Наконец, опуская и поднимая нижнюю челюсть, мы резко изменяем величину ротовой полости. В нижней части рта находится глотка, глоткой разделяется полость между позвоночником и корнем языка с лежащим под ним надгортанником. Сверху на месте нёбных дужек она непосредственно переходит в носоглотку и рот, а снизу в пищевод.

Губы. Внятность произношения в целом зависит от определённой, энергичной работы губ. Некоторые гласные формируются исключительно благодаря тому или иному движению губ (**О, У**); согласные тоже формируются с их участием (**М, Ф, В** и т. д.). Но бывают случаи, когда некоторые певцы, не двигая губами, формируют звуки **О** и **У** в глубине рта – в ущерб звучанию и ясности произношения.

Если губы настолько инертны и неподвижны, что требуют специальной тренировки, упражнением для них может служить чередование звуков **А-О-А-О-А**, при пении которых нужно обязательно наблюдать за губами в зеркале и произносить эти звуки, то есть гласные **А** и **О**, с некоторой утрировкой, чтобы полнее осознать работу мускулатуры губ. Для **А**, при немного опущенной челюсти, следует растянуть в стороны углы рта, не боясь того, что получается несколько вульгарный, «белый» оттенок произношения, а затем энергично перейти на **О**; губы должны принять вид крепко сформированного, вертикально поставленного овала. Если, при особо упорной неподвижности губ, это упражнение оказывается недостаточным, можно применить другие, более «убедительно» звучащие буквы: чередование **И-У-И**.

Эти упражнения также нужно проделывать не торопясь, усваивая, контролируя и проверяя каждое движение губ и челюсти и следя за звучанием и точным произношением гласных. Случается, ученик, делая эти упражнения, производит ненужные движения челюсти и языка. С этим надо бороться. Что касается языка, он должен лежать спокойно, слегка прикасаясь кончиком к корням нижних зубов. При пении указанных чередующихся гласных иногда, из-за отсутствия смыслового значения, у ученика не получается нужных мускульных движений. Тогда можно прибегнуть к словам, в которых эти гласные расположены в требуемом для упражнения порядке: для **А** и **О** – «открой окно» (гласные в этих словах произносятся не так, как пишутся, так что при пении получается то, что нужно, то есть, «аткрой акно»), для **И** и **У** – «иду», «пишу книгу» и т. д.

Не следует забывать, что на лице поющего не должно появляться никаких гримас, а лицевые мускулы должны быть абсолютно свободны

и спокойны. Лицо певца должно отражать чувства, вызванные тем, о чём он поёт. Поэтому, наблюдая за собой в зеркале, поющий должен не только следить за ртом, но и попутно добиваться отсутствия какого-либо напряжения во всем лице. Нельзя также позволять ученику во время пения излишне поднимать голову или стоять, понурившись, опустив глаза. Общее положение тела и головы должно выразить естественное спокойствие и уверенность в себе.

Язык. От правильного положения языка при пении зависит не только чёткое произношение слов, но и качество, красота и свобода голоса. Даже при формировании тех гласных, где главным образом участвуют губы (О, У), – язык пассивно, или минимально активно, все же принимает участие в их образовании. Целый ряд согласных: Д, К, Г, Х, Л, Н, Р формируются исключительно при помощи языка, и он должен быть очень подвижен, чтобы быстро и чётко передавать текст.

При исполнении гласной А, при которой все органы артикуляции и гортань должны занимать наиболее спокойное, «нейтральное» положение, язык должен лежать совершенно инертно, касаясь кончиком корней нижних зубов. Еще лучше, если он лежит «лодочкой», – так, чтобы на всем его протяжении, до самого корня, могла образоваться ложбинка.

Не только у большинства не обучавшихся пению, но и у тех, кто ему учился и не обращал внимания на неправильное положение языка, звук голоса сильно страдает именно от этой причины. При нормальном, хорошем звучании ничто не должно мешать звуковым волнам идти из гортани в главную резонирующую полость, в рот. Язык постоянно напряженный, не подчиняющийся воле певца, никогда не станет послушным ни при звукообразовании, ни в дикции. Звук и слово получается недоброкачественными.

Наиболее частые отклонения от нормального положения языка следующие:

1. Язык, поднимающийся горбом, – это недостаток серьезный.
2. Язык, лежащий плоско, но одна сторона его выше другой. Этот дефект явно плохого влияния на звук не имеет.
3. Язык, лежащий плоско, но поверхность его, при пении, все время колыхается, вызывая неровность, колебание звука. Это явление можно устранить усилием воли, наблюдая за языком во время пения в зеркале.
4. Дрожь языка. Явление, которое чаще всего зависит от дрожи гортани, передающейся языку.
5. Язык чрезмерно большой, заполняющий всю полость рта и закрывающий всё глоточное пространство.

В этом случае при пении упражнений следует стараться высовывать его на нижнюю губу.

6. Язык неподвижный. В случаях особенной его неповоротливости неизбежно приходится прибегать к многочисленным и сложным упражнениям «техники речи».

Неподвижность языка ощутимо обнаруживается при попытке пропеть ЛА ЛА ЛА... Активно в выполнении этого задания должна участвовать только передняя часть языка, поднимаясь кончиком к верхнему нёбу, чтобы произнести согласную Л и, затем, опускаясь за нижние зубы, чтобы дать прозвучать А. Если же язык не может делать этих движений один и привлекает к работе нижнюю челюсть, так что для Л рот закрывается, а на А открывается, это с полной очевидностью свидетельствует о наличии вышеупомянутого дефекта. Рот при произнесении ЛА должен быть открыт всё время, так, чтобы звуки Л и А формировались только при помощи эластичного и подвижного языка. Необходимо неуклонно приучать челюсть оставаться неподвижной, нейтральной при образовании тех звуков и гласных, которые её участия не требуют, и предоставить возможность работать одному языку.

Нёбная занавеска. О роли мягкого нёба обычно мало задумываются. Люди, у которых отсутствуют какие-либо дефекты в звуке и тембре голоса, не обращают на него никакого внимания. Между тем мягкое нёбо имеет большое значение для голосообразования. Расслабленное и инертное, оно может закрыть выход звуковым волнам в рот, в полость главного резонатора, и направить их полностью в нос, отчего звук станет гнусавым и неблагозвучным. *Гнусавый призыв в голосе* – первый и главный признак неблагополучия нёбной занавеской.

При пении А в нормальном звучании язык должен лежать спокойно, а нёбная занавеска должна быть подтянута настолько, чтобы маленький язычок, сокращаясь, запрокидывался и становился невидимым. В таком положении нёбная занавеска принимает вид дуги, за которой свободно различается задняя стенка глотки. Если же во время пения нёбная занавеска не сокращается и маленький язычок свисает, касаясь большого языка, хорошего звука получиться не может.

Из чисто механических упражнений здесь нужно применить следующее: глядя в зеркало, стараться найти то мускульное движение, которым можно сократить нёбную занавеску и подтянуть её вверх, не сопровождая это упражнение голосом. О правильности положения нёбной занавески здесь будет свидетельствовать ощущение, весьма схожее с ощущением при зевке, которое ученик должен отчетливо уловить и запомнить.

Второе упражнение – как бы двойная гимнастика. В нём принимают участие и нёбная занавеска, и корень большого языка, причём корень языка должен максимально опуститься вниз, а нёбную занавеску надо поднять, широко раскрыв зев. Упражнение также производится перед зеркалом, очень медленно, не торопясь. Наконец, *третье упражнение* для

подчинения нёбной занавески, уже с участием голоса – пение на **У**, при котором нёбная занавеска сокращается больше, чем при других звуках. Согласную **М** в начале упражнения следует избегать.

Эти упражнения следует делать очень медленно, внимательно – сначала на одной ноте, потом на трёх в нисходящем движении. Когда при пении на **У** носовой призывок не будет слышен, можно с **У** постепенно перейти на **О** и на **А**. Количество нот, исполняемых в упражнении на **А**, должно постепенно увеличиваться так, чтобы, например, в упражнении из пяти нисходящих нот на **А** сначала была спета одна нота, затем третья и четвертая и, наконец, начиная со второй – все до конца.

Гнусавость, происходящую от дряблости нёбной занавески, побороть нелегко. Это один из недостатков, с которым особенно трудно бороться.

2.3. Голосообразующие органы: глотка и гортань

Глотка – это сравнительно большая полость, которая может быть искусственно расширена опусканием гортани. Твёрдая стенка у неё одна – задняя (позвоночник). В ней лежит много мягких частей (нёбная занавеска, язычок, миндалины, корень языка). Следовательно, само устройство рта по своей природной сути предполагает многовариантность звуковых возможностей. Достаточно что-то изменить в полости рта (открыть рот, подтянуть мышцы щёк, улыбнуться и т. д.) даже одну из его конфигураций, чтобы изменить качество тона. Хотя и невозможно, учитывая индивидуальные возможности каждого ученика, дать точный рецепт – как открывать рот, но всё-таки существуют определенные приёмы, позволяющие голосу звучать наиболее красиво. Лучше звучит голос из хорошо открытого рта, рот надо открывать на мягком внутреннем зевке. Если широко открывать рот только снаружи и не следить за внутренним раскрытием рта, то закроется возможность издавать свободный звук. Горло во время пения тоже должно быть хорошо открыто, нёбные дужки растягиваются внутри в ширину и высоту, а маленький язычок подтягивается. На верхних и крайних нижних нотах рот следует открывать больше (глубже и выше).

Гортань – центральный звукообразующий орган. Она выполняет 3 основные функции: дыхательную, защитную, голосовую. Гортань и её положение имеют весьма важное значение при пении, потому что в гортани находятся голосовые связки, главная часть голосового аппарата, а положение гортани влияет на звук и свободу голоса. Гортань, как и все прочие органы, участвующие в голосообразовании, должна быть совершенно свободна от какого-либо давления посторонней ей близлежащей мускулатуры. Когда человек молчит, то есть гортань его спокойна, положение её определяется легко, простым зрением, особенно у мужчин, – по кадыку. У женщин определить это зрением несколько труднее. У певцов, еще не умеющих владеть своим голосом, при

постепенном переходе к верхним нотам обычно поднимается гортань. У певца с высокой вокальной культурой гортань или остается в исходном, «среднем» положении, или же слегка понижается. Всякое насильственное, искусственное понижение или повышение гортани не только не нужно, но зачастую и вредно.

Низко стоящая гортань обычно вызывает глубокий, глухой, лишенный яркости и блеска звук. Слишком высоко стоящая гортань может влиять на голос отрицательно тем, что лишает его мягкости, делает резким, крикливым. При пении на гласных гортань слегка опускается или слегка поднимается в зависимости от того, на какой гласной происходит исполнение. На **И** гортань наиболее приподнимается, на **У** наиболее опускается, а на **А** остаётся или по крайней мере должна оставаться в исходном положении. Принято называть **А** «нейтральным» звуком, потому что и гортань, и все органы артикуляции при этом звучании занимают спокойное, как бы инертное положение. Любая напряжённость этих органов непременно повлияет на ухудшение качества звука, будет указывать на какой-нибудь дефект в голосообразовании, который нужно исправить. Гласные **И** и **У** являются теми звуками, которые помогают правильной установке гортани.

При низком положении гортани, вызывающем глухой звук, рекомендуется петь упражнения, начиная с гласной **И**, временно совсем исключив из упражнений не только **У**, но и **О**. От **И** следует сначала постепенно переходить на менее остро звучащее **Е** и только после него на **А**, оставив **О** и **У** на конец. Упражнения нужно петь на наиболее легко звучащих нотах первой октавы голоса, сильно ограничивая диапазон этих упражнений. Все упражнения должны исполняться в медленном темпе. Следить за гортанью должен преподаватель. Ученик же следит за правильностью звука.

В тех случаях, когда гортань имеет тенденцию чрезмерно повышаться, прибегают к пению на **У**. Чтобы при этом не повлиять на звук, не заглушить его, не лишить яркости, хорошо применять согласную букву **В**. Надо постараться удержать **У** также впереди. Для этого переход от **В** к **У** должен производиться только при помощи легкого движения губ, необходимого для формирования **У**, без изменения самого характера звучания голоса. Постепенно овладение всеми гласными, в этом случае, идет от **У** к **О**, затем **У – О – А**, и в последнюю очередь **Е, И**.

Эти упражнения также должны исполняться на самых лёгких нотах, не затрагивая тех, на которых гортань обнаруживает тенденцию изменить своё положение. Достаточно держаться четырех-пяти нот, пока положение гортани не сделается устойчивым, и только после этого можно приступить к пению упражнений на большем диапазоне, – непременно в очень медленном темпе, отнюдь не торопясь с расширением диапазона.

Замечено, что у женщин, преимущественно у высоких голосов, гортань обычно стоит довольно высоко; у мужчин, наоборот, гортань расположена ниже, особенно у басов.

Начинать работу над голосом, насильственно прививая ученику понижение или повышение гортани посредством каких-либо специальных приёмов и упражнений, нельзя. Упражнения на **У** или **И** должны быть несложными. Начав с одной ноты и перейдя затем на две, можно дальше петь три ноты в нисходящем порядке, потом четыре, максимум – пять. На этих пяти нотах учитель может строить музыкальные фразы по своему усмотрению, избегая трудных интервалов, которые будут отвлекать внимание ученика и не принесут ему пользы.

Итак, хорошее пение является следствием устойчивого положения гортани. Гортань устанавливается в певческом положении очень легким зевком, только дыхательной установкой и иногда не насильственным, неспециальным опусканием. Надо думать, что вы зеваете.

Импеданс. Импеданс – это управление подсвязочным и надсвязочным давлением. По Юссону, импеданс является одним из лучших защитных механизмов голосовых связок во время фонации, создаваемый ротоглоточным рупором на уровне гортани. Рентгенологические исследования известного теоретика вокалиста Л.Б.Дмитриева показали, что гортань у каждого из певцов занимает определенное положение, и вход в неё всегда суживается, чем отделяется надсвязочная полость от ротоглоточного рупора. В результате в полости гортани создается своеобразная предрупорная камера, в которой может развиваться сопротивление. Создание импеданса – противодействие в надставной трубке – является, по мнению ученого, важнейшим акустическим механизмом в работе голосового аппарата. Подбор наиболее выгодного положения гортани при создании условий для импеданса являются одним из самых важных моментов в процессе постановки голоса. Правильная организация ротоглоточного рупора при поиске импеданса должна вестись в классе развитием определенных слуховых ощущений, требующих формирования определенных акустических свойств звука, его технических качеств, металличности, полетности, звонкости, ясности, блеска, высокой певческой позиции, четкости дикции. В книге Юссона «Певческий голос» мы находим подразделение вокальной техники на две категории: первая – связана со слабым импедансом, вторая – с сильным. Занятия в классе соответствуют второй категории. Все упражнения подчинены одной цели – формированию свободной певческой эмиссии тона. Ее перспективному развитию.

Ощущение надсвязочного давления вырабатывается также образными приемами. Например: предлагается вспомнить игру в мяч, когда бьют им о стену, мяч регулярно возвращается в руки и летит опять к

стене, т.е. ощущать работу связок внутри гортани и ее положения, а звук (мяч) посылается в резонаторы, как бы возвращаясь обратно. Или такой пример: между резонаторами и связками находится круглый предмет «яблочко» или «огурчик».

2.3.1. Работа голосовых связок

В гортани находятся *голосовые связки*, которые и служат источником звука. Тип голоса зависит от длины связок: голосовые связки баса – 24–25 мм, у тенора и альты – 18–21 мм, сопрано – 14–19 мм, баритона – 22–24 мм. Толщина связок меняется в зависимости от напряжения. Они могут смыкаться, размыкаться, напрягаться, натягиваться, благодаря чему и возможно достичь различной высоты и динамики звука. Движением голосовых связок управлять сознательно нельзя, контролировать их работу можно лишь при помощи слуха или сложных лабораторных приспособлений. Только при очень хорошей тренировке можно сознательно сомкнуть связки, прекратив выход воздуха из лёгких, то есть достигнуть такого же эффекта, какой даёт стремление «затаить» дыхание перед пением. От крепости и здорового состояния связок всецело зависит качество звука и голоса. Роль связок в пении так велика, а их работа при голосообразовании настолько трудна, что поющий должен принимать все меры для облегчения этой работы.

Первое и главное условие – не перегружать работу голосовых связок громким пением и криком.

Второе – не петь много в высокой tessiture, так как это вызывает усиленную работу и утомление голосовых связок.

Третье – не отравлять слизистую оболочку гортани и голосовые связки никотином и спиртными напитками.

Четвертое – беречь свою гортань от резких перепадов температуры, особенно от очень холодных или горячих напитков. Все нарушения работы связок, их перегрузка ведут к заболеваниям и, нередко, к потере голоса.

От мастерства учителя и от воли ученика зависит умение добиться максимально благоприятных для работы условий путем:

1) установки такой деятельности дыхательного аппарата, которая гарантировала бы защиту связок от перегрузки со стороны дыхания;

2) контроля над освобождением гортани от напряжённости окружающей мускулатуры;

3) умения как можно лучше использовать резонаторы.

Можно с уверенностью сказать, что гортань и связки работают хорошо, когда певец при пении абсолютно не ощущает своей гортани, когда ему самому и его слушателям кажется, что голос льётся свободно, легко и весь звук как бы исходит из верхней части лица, обычно называемого «маской».

2.4. Понятие атаки и опоры звука

Атака звука – начальный момент взаимодействия голосовых связок и дыхания.

Известны два основных типа атаки звука: твёрдая и мягкая. Однако понимание твёрдости и мягкости может иметь различные степени сравнения, поэтому мы условно выделяем четыре вида атаки: 1) *очень твёрдая (взрывная)*; 2) *твёрдая*; 3) *мягкая*; 4) *очень мягкая (придыхательная)*.

При голосообразовании атака звука имеет решающее значение для включения того или иного регистрового механизма. В этом отношении голосовые связки подчиняются нашему управлению, причём главным образом в момент атаки звука, установки их на тот или иной способ колебания.

Зажатое голосообразование с «каркающей» атакой или «затылочное» с придыхательной атакой, свойственные обычно не обученным певцам, следует считать физиологически вредными и неприемлемыми с акустической и эстетической точек зрения, их следует изживать, особенно в детской вокальной практике.

Мягкая атака многими специалистами справедливо рассматривается как основа правильного звукообразования. О твёрдой и придыхательной атаках можно говорить лишь как об исключениях из правила в художественных целях, а также для активизации смыкания голосовых связок при слишком вялом пении начинающих певцов.

Вид атаки звука, используемый певцом, и степень сближения голосовых связок тесным образом связаны с силой голоса в момент его возникновения. Каждому виду атаки соответствует определённая степень напряжения при голосообразовании: 1) *перенапряжение* (голосовые связки работают, как ударяющиеся язычки в режиме пересмыкания, совершая полные колебания); 2) *твёрдое напряжение* (голосовые связки тоже работают, как ударяющиеся язычки, но удары их друг о друга менее жёсткие, замыкание голосовой щели плотное, хотя менее напряжённое); 3) *мягкое напряжение* (относительно лёгкое соприкосновение голосовых связок в момент возникновения звука и в процессе фонации, в колебаниях участвует большая или меньшая часть голосовых связок); 4) *недонапряжение* (сближение голосовых связок не плотное, голосообразование расслабленное, колебание краевое или близкое к краевому).

Более твёрдая атака, возникающая в результате более сильного толчка подскладочного воздуха, рефлекторно заставляет голосовые связки смыкаться плотнее и глубже. При твёрдой атаке подскладочный воздух под действием избыточного давления прорывает плотно сомкнутые голосовые связки и заставляет их колебаться большей своей массой, что способствует возникновению грудного звучания.

При мягкой атаке происходит раздвижение не сомкнутых предварительно (как при твёрдой атаке) связок, а лишь сближенных, почему эта атака и называется мягкой.

О придыхательной атаке можно сказать, что перед началом звука голосовые связки пассивны и расслаблены. Лишь после свободного прохождения какой-то порции воздуха они начинают сближаться, не замыкаясь полностью, и в дальнейшем голосовые связки работают, как при мягкой атаке, т. е. сближаясь и удаляясь без соприкосновения. Следовательно, придыхательная атака – это разновидность мягкой, т. е. слишком мягкая атака.

Чтобы добиться от ученика звучания ближе к фальцетному, необходимо предложить ему петь тише с использованием мягкой атаки звука, т. е. лёгкого приведения голосовых связок друг к другу; грудное звучание будет получаться при пении более громким голосом с твёрдой атакой звука.

Опора звука – это важнейшее ощущение во время пения, благодаря которому поющий получает возможность спокойно и свободно распоряжаться своим голосом, а слушатели с удовольствием воспринимают его пение.

После вдоха поющий должен чувствовать запас дыхания, поддержанного диафрагмой, рёбрами и мышцами живота. Понятие «опора звука» означает целый ряд взаимосвязанных ощущений певца: торможение и экономия выдоха; сохранение вертикального положения воздушного столба с ощущением сопротивления расходуемого дыхания; поддержка звука, сопряжённая с напряжением мускулов диафрагмы и рёбер; взаимодействие между степенью сокращения голосовых связок с одной стороны, и соответствующим подсвязочным воздушным давлением с другой; сопротивление голосовых связок подсвязочному давлению воздуха. Опора подразумевает согласованную работу всех частей голосового и дыхательного аппаратов с настройкой ротовой полости. Опора звука предполагает уверенную атаку. Ритмичная, красивая вибрация голосовых связок также зависит от подачи к ним дыхания. Опора звука зависит и от того, как поющий открывает рот, атакует звук, как пользуется резонаторами, как устанавливает гортань. Все вышеперечисленные ощущения дают положительный эффект только в том случае, если звук постоянно контролируется слухом.

2.5. Резонаторы

Если мы извлечем из камертона звук и поставим его ножки на пустую деревянную коробку, то звук резко усилится, вместе с камертоном начнет звучать вся полость коробки. Это явление и есть резонанс. Резонировать могут полости, снабжённые твёрдыми, способными

к вибрации стенками. Назначение резонаторов – не просто усилить звук, но придать ему ту или иную окраску. Звук, родившийся в гортани, усиливается и окрашивается в резонансных полостях. Усиление тех или иных обертонов зависит от конфигурации этих полостей. Гармоничность голоса, его тембр определяются правильным взаимоотношением звука с резонансными полостями, способствующими усилению нужных обертонов.

Резонатором вообще называется прибор, усиливающий звук. Ни один музыкальный инструмент не строится без резонатора.

Полость рта – является главным резонатором. Изменяя свою форму и размер, он может приспособляться к звукам голоса различной высоты, тембра и окраски. Но подвижны не только рот, но и глотка и гортань, и нёбная занавеска с маленьким язычком. Все это должно оказывать то или иное влияние на качество резонирования.

Резонатор – полость, заключенная в упругие стенки, имеющая выходное отверстие и отзывающаяся на определенные звуковые тоны. Это глоточная полость, ротовая, носовая полость и придаточные полости носа (гайморовая, лобная, решётчатая). Благодаря резонансу этих полостей меняется тембр звуков. Резонаторы делятся на нижние и верхние. Нижними являются трахеи и бронхи. Они придают голосу грудное резонирование, полноту и объёмность. Резонирование в груди – это ощущение колебания особенно сильно на низких звуках. Этот резонатор больше соответствует низким голосам (бас, баритон, меццо-сопрано, контральто) и низким тонам.

По мере повышения высоты звука, уменьшаются колебания в груди, а резонирование звука увеличивается в верхних полостях. К верхним резонаторам относят глотку, ротовую полости, нос и придаточные пазухи носа, то есть так называемая «надставная труба». Они усиливают голос, возникающий в гортани, сообщая звуку головное резонирование и значительно влияют на его тембр.

Самая важная часть «надставной трубы» - это ротовая полость способная менять свою форму и объем (мягкое небо, щеки, нижняя часть рта). Необходимо отметить важность строения твердого неба. Для резонирования звука играет роль и высота твердого неба и уклон его к зубам верхней челюсти. Плоское небо неблагоприятно отражается на звук, а также на звучании и свободе верхних нот, звук теряет возможность обогатить себя усилением обертонов.

Главная резонаторная полость рта – передняя. Она «улавливает» звук, является «микрофоном». Необходимым условием для хорошего резонирования является расширение объема рта. Расширение ротовой полости помогает освобождению гортани, с одновременным фиксированием неба, лицевых мышц для естественной фонации.

В той или иной степени, верхние резонаторы влияют на звукообразование во всех регистрах. Резонаторы – организаторы звучности голоса, его красоты, звонкости, силы.

Для выразительности пения большое значение имеет правильное пользование резонаторными полостями, способными изменять свою форму. Путеводной нитью при этом как всегда, должен являться вокальный слух учащегося и педагога, которые должны слышать изменения интонации и окраски звука. Артикуляционной работой мышц нужно уметь создавать необходимую акустическую форму, то есть условия хорошего, яркого резонирования.

Голос, создаваемый вибрацией голосовых связок, исходя из гортани, является неоформленным. Он получает окончательную окраску при помощи верхних резонаторов (в «маске»). Собираение, то есть концентрация звучащей струны в «маске» дает для слуха приятный результат. Основная роль в формировании красивого звучания голоса, красоты тембра отводится резонированию голоса в области «маски». Умение использовать «маску» не только обогащает звук обертонами, но и усиливает его, делает голос громче.

Красота звука, тембр зависит от концентрации голосовой струи в одной точке (в «фокусе»). Звук должен быть обязательно собранным. Формируя тембр, надо требовать «прикрытого» звука, обладающего большой полетностью и блеском, что в педагогической работе называют высокой позицией. «Высокая позиция» - это правильное использование резонаторных полостей. Неправильное, неумелое использование резонаторных полостей или болезненное состояние носоглотки, воспаление слизистой оболочки негативно отражаются на звуке, затрудняют пение, ведут к форсировке звука. Голосовой аппарат с его гортанью, конфигурацией неба и другими резонаторами различен у каждого человека. Зачастую, применяемый педагогом ко всем ученикам единый прием работы над развитием голоса не дает желаемых результатов. Вот почему необходим индивидуальный подход к каждому ученику.

Вопросы и задания

1. Охарактеризуйте ведущие факторы звукообразования.
2. Назовите основные типы дыхания.
3. Раскройте смысл гимнастических упражнений для развития грудной клетки.
4. Продемонстрируйте упражнения на укрепление певческого дыхания.
5. Какова роль ротовой полости в процессе голосообразования?

6. Назовите наиболее частые отклонения от нормального положения языка.
7. Определите значение небной занавески для голосообразования.
8. Охарактеризуйте положение гортани во время пения.
9. В чем заключаются требования к охране голосовых связок?
10. Каково значение резонаторных полостей в пении?

3. ОБРАЗОВАНИЕ ЗВУКОВ РЕЧИ

3.1. Систематизация гласных

Известно, что «А» – самый громкий гласный, «И» – самый тихий. Эта «разногромкость» гласных связана с физиологическими условиями их формирования, в частности, с разной степенью раскрытия рта. Разные гласные в речи для своего произнесения с одинаковой громкостью требуют разной величины подсвязочного давления. Давление растёт, а громкость убывает от гласного к гласному в такой последовательности: А – О – У – Е – И. Будучи более громкими, гласные «А» и «О» легче воспринимаются.

Приспосабливаясь к окружающей звуковой среде, осваивая речь, ребёнок, естественно, раньше и легче должен осваивать произношение более громких гласных (А, О, У). Не случайно самые первые детские «слова» содержат, как правило, именно гласные фонемы А и У: ау, агу, мама, папа, баба, на-на и т. д. Совершенно ясно, что в постановке голоса будут иметь место те же закономерности, т. к. сказывается предшествующий речевой опыт. В пении детей «разногромкость» гласных особенно заметна.

Многолетняя практика показывает, что освоение навыков вокализации гласных А, О, У для ребенка значительно облегчено по сравнению с вокализацией гласных Е и И. Учитывая особенную трудность произношения (артикуляции) певческого гласного И, а также практическую лёгкость и полезность вокализации У, запишем ряд певческих гласных следующим образом: У – О – А – И – Е. Именно в такой последовательности надо предлагать детям освоение различных гласных в пении, имея в виду достижение полноценного тембра при непринуждённом звукоизвлечении.

Сначала осваиваются простейшие в произношении, более громкие и более «устойчивые» гласные У, О, А и их сочетания. Далее к ним подключаются более трудные и «неустойчивые» – И, а затем Е. Еще позднее осваиваются сочетания самих гласных И, Е. Такой последовательности работы над гласными важно придерживаться, особенно на начальном этапе обучения постановке голоса.

3.2. Артикуляция гласных

Общим для всех гласных звуков признаком, отличающим их артикуляцию от артикуляции всех согласных звуков, является отсутствие препятствий на пути выдыхаемого воздуха. Возникший в гортани звук в надставной трубе усиливается и воспринимается в виде чистого голоса без примеси шумов. Звук голоса, как было сказано, состоит из основного тона и целого ряда добавочных тонов – обертонов. В надставной трубе происходит усиление не только основного тона,

но и обертонов, причем не все обертоны усиливаются одинаково: в зависимости от формы резонирующих полостей, главным образом полости рта и отчасти глотки, одни области частот усиливаются больше, другие – меньше, а некоторые частоты и вовсе не усиливаются. Эти усиленные области частот, или форманты, и характеризуют акустические особенности различных гласных.

Таким образом, каждому гласному звуку соответствует особое расположение активных органов произношения – языка, губ, мягкого нёба. Благодаря этому один и тот же звук, возникший в гортани, приобретает в надставной трубе, главным образом в полости рта, характерную для того или иного гласного окраску. В том, что особенности звучания гласных зависят не от звука, возникшего в гортани, а только от колебаний воздуха в соответственно установленной ротовой полости, можно убедиться путем простых опытов. Если придать полости рта ту форму, которую она принимает при произнесении того или иного гласного, например *a*, *o* или *y*, и в это время пропускать мимо рта струю воздуха из мехов или щелкать пальцем по щеке, то можно ясно услышать своеобразное звучание, вполне отчетливо напоминающее соответственный гласный звук. Форма полости рта и глотки, характерная для каждого гласного, зависит в основном от положения языка и губ. Движения языка вперед и назад, большее или меньшее его поднятие к определенной части нёба изменяют объем форм резонирующей полости. Губы, вытягиваясь вперед и округляясь, образуют отверстие резонатора и удлиняют резонирующую полость.

Артикуляционная классификация гласных строится с учётом:

1) участия или неучастия губ; 2) степени подъёма языка и 3) места подъёма языка. Эти подразделения различаются следующими признаками:

1) гласные *o* и *y*, при произнесении которых губы выпячиваются вперед и округляются, называют лабиализованными (от лат. *labium* – губа); в образовании остальных гласных губы активного участия не принимают, и эти гласные называют нелабиализованными;

2) при произнесении гласных язык может в большей или меньшей степени подниматься к нёбу; различают три степени подъёма языка: верхний, средний и нижний. К гласным верхнего подъёма относятся *и*, *у*, *ы*; при среднем подъёме языка образуются гласные *э* и *о*; к нижнему подъёму относят лишь один гласный – *а*;

3) место подъёма языка зависит от перемещений языка вперед и назад; при произнесении одних гласных язык продвигается вперед, так что за корнем языка остается большое пространство, кончик языка упирается в нижние зубы, средняя часть спинки языка поднимается к твёрдому нёбу; гласные, образуемые при таком положении языка, называют гласными переднего ряда; к ним относят *и* и *э*.

При образовании других гласных язык отодвигается назад, так что за корнем языка остается лишь небольшое пространство, кончик языка

отодвинут от нижних зубов, задняя часть спинки языка поднимается к мягкому небу; гласные, образуемые при таком положении языка, называют гласными заднего ряда; к ним относят *o* и *y*. Гласные *a* и *ы* по месту подъёма языка занимают промежуточное положение, и их называют гласными среднего ряда; при произнесении гласного *ы* вся спинка языка высоко приподнята к твёрдому нёбу; гласный *a* произносится без подъёма языка, поэтому его можно считать по отношению к месту подъёма нелокализованным.

Изложенная классификация гласных по степени и месту подъёма языка может быть представлена в таблице.

Классификация гласных

Степень подъёма	Место подъёма	Ряд		
		передний	средний	задний
Верхний подъём		<i>и</i>	<i>ы</i>	<i>у</i>
Средний подъём		<i>э</i>	–	<i>о</i>
Нижний подъём		–	<i>а</i>	–

3.3. Артикуляция согласных

Отличительной особенностью артикуляции согласных является то, что при их образовании на пути выдыхаемой струи воздуха в надставной трубе возникают различного рода препятствия. Преодолевая эти препятствия, воздушная струя производит шумы, которые и определяют акустические особенности большинства согласных. Характер звучания отдельных согласных зависит от способа образования шума и места его возникновения. В одних случаях органы произношения образуют полное смыкание, которое силой разрывается струей выдыхаемого воздуха. В момент этого разрыва (или взрыва) получается шум. Так образуются смычные или взрывные согласные. В других случаях активный орган произношения лишь приближается к пассивному, так что между ними образуется узкая щель. В этих случаях шум возникает в результате трения воздушной струи о края щели. Так образуются *щелевые*, иначе *проторные* или *фрикативные* (от лат. *fricare* – тереть), согласные.

Если органы произношения, образовавшие полную смычку, размыкаются не мгновенно, путем взрыва, а путём перехода смыкания в щель, то возникает сложная артикуляция со смычным началом и щелевым концом. Такая артикуляция характерна для образования *смычно-щелевых (слитных) согласных*, или *аффрикат*.

Воздушная струя, преодолевая сопротивление преграждающего ей путь органа произношения, может привести его в состояние вибрации

(дрожания), в результате чего возникает своеобразный прерывистый звук. Так образуются *дрожащие* согласные или *вибранты*.

При наличии полного смыкания в одном месте надставной трубы (например, между губами или между языком и зубами) в другом её месте (например, по бокам от языка или позади опущенного мягкого нёба) может оставаться свободный проход для воздушной струи. В этих случаях шума почти не возникает, но звук голоса приобретает характерный тембр и заметно приглушается. Согласные, образующиеся при такой артикуляции, носят название *смычно-проходных*. В зависимости от того, куда направляется воздушная струя – в полость носа или в полость рта, смычно-проходные согласные подразделяются на носовые и ротовые.

Особенности характерного для согласных шума зависят не только от способа его образования, но и от места возникновения. Как шум взрыва, так и шум трения может возникать в разных местах надставной трубы. В одних случаях органом произношения, образующим смычку или щель, является нижняя губа, и возникающие при этом согласные носят название *губных*. В других случаях активным органом произношения является язык, и тогда согласные называются *язычными*.

При образовании большинства согласных к основному способу артикуляции (смычке, сужению, вибрации) может присоединяться дополнительная артикуляция в виде подъёма средней части спинки языка к твёрдому нёбу, или так называемой *палатализации* (от лат. palatum – нёба). Акустическим результатом палатализации согласных является их смягчение.

3.4. Классификация согласных

В основе классификации согласных лежат следующие признаки: 1) участие шума и голоса; 2) способ артикуляции; 3) место артикуляции; 4) отсутствие или наличие палатализации, иначе говоря – твёрдость и мягкость.

Согласные, образуемые при помощи голоса и при слабо выраженном шуме, называют сонорными. К их числу относят: *м, м', н, н', л, л', р, р'*.

Сонорные согласные противопоставляются всем остальным согласным, которые называются шумными. В отличие от сонорных они образуются с участием достаточно сильных, ясно различаемых шумов.

Шумные согласные, в свою очередь, делятся на две группы. Одна группа – согласные, образуемые без участия голоса, при помощи одного лишь шума. Они называются глухими; при их произнесении голосовая щель раскрыта, голосовые связки не колеблются.

Другая группа – согласные, образуемые при помощи шума и в сопровождении голоса. Они называются звонкими; большинство шумных согласных составляет пары глухих и звонких (*п – б, ф – в, ш – ж* и т. д.). Непарными глухими являются согласные *х, х', ц, ч, щ*, а непарным звонким – один согласный *ј* (йот).

По способу артикуляции, то есть по способу образования преграды между активными и пассивными органами произношения, согласные делятся на пять групп.

Шумные согласные образуют три группы:

- 1) *смычные* или *взрывные*: *п, п', б, б', т, т', д, д', к, к', г, г'*;
- 2) *щелевые (проторные)* или *фрикативные*: *ф, ф', в, в', с, с', з, з', х, х', ш, щ, ж* (йот);
- 3) *смычно-щелевые (слитные)*, или *аффрикаты*: *ц, ч*.

Сонорные согласные по способу артикуляции делятся на две группы:

- 1) *смычно-проходные*: *м, м', н, н', л, л'*. Из числа смычно-проходных согласные *м, м', н, н'* являются носовыми, а согласные *л, л'* – ротовыми;
- 2) *дрожжащие* или *вибранты*: *р, р'*.

По месту артикуляции согласные, прежде всего, делятся на две группы в зависимости от активного органа произношения, участвующего в их образовании, а именно на *губные* и *язычные*.

Губные согласные в свою очередь делятся на две группы в зависимости от пассивного органа, относительно которого артикулирует нижняя губа:

- 1) *губно-губные* или *двугубные*: *п, п', б, б', м, м'*; при произнесении этих звуков образуется смычка между нижней и верхней губами;
- 2) *губно-зубные*: *ф, ф', в, в'*; здесь нижняя губа артикулирует относительно верхних резцов, образуя с ними щель.

Язычные согласные в зависимости от пассивного органа по отношению к которому артикулирует язык, делятся на пять групп:

- 1) *язычно-зубные*: *с, с', з, з', ц, т, т', д, д', н, н', л, л'*; при произнесении этих звуков передняя часть языка вместе с его кончиком артикулирует относительно верхних резцов, образуя с ними смычку или щель;
- 2) *язычно-альвеолярные*: *р, р'*; эти согласные образуются в результате вибрации переднего края языка у альвеол верхних резцов;
- 3) *язычно-передненёбные*: *ш, ж, ч, щ*; при произнесении этих согласных передний край или передняя часть спинки языка образует смычку или щель с передней частью твёрдого нёба;
- 4) *язычно-средненёбные*: *к', г', х', ж*; эта группа согласных образуется путем смыкания или сближения средней части спинки языка со средней частью нёба;
- 5) *язычно-задненёбных*: *к, г, х*; при образовании этих звуков задняя часть спинки языка артикулирует относительно мягкого нёба и задней части твёрдого нёба, образуя здесь смычку или щель.

Палатализованные согласные (т. е. согласные, образуемые при помощи описанной выше дополнительной артикуляции, заключающейся в поднятии средней части спинки языка к твёрдому нёбу) называются *мягкими* в отличие от непалатализованных, или *твёрдых* согласных. Большинство согласных составляют пары твёрдых и мягких. Непарными твёрдыми согласными являются *ж* и *щ*, непарными мягкими – *ч* и *ж*.

Классификация согласных

Участие голоса и шума	Место артикуляции		Губные				Язычные								
			губно- губные		губно- зубные		язычно- зубные		язычно- альвео- лярные		язычно- переднен ёбные		язычно- средне- нёбные		язычно- задне- нёбные
	тв.	мяг.	тв.	мяг.	тв.	мяг.	тв.	мяг.	тв.	мяг.	тв.	мяг.	тв.	мяг.	
Шумные	Смычные	глухие звонкие		'				'					'		
		Щелевые	глухие звонкие			'	'						(j)	'	
	Смычно-щелевые (аффрикаты)		глухие звонкие												
Сонорные	Смычно- проход- ные	носовые	глухие звонкие		'			'							
		ротовые	глухие звонкие					'							
	Дрожащие (вибранты)		глухие звонкие												

3.5. Произношение согласных в связи с наиболее часто возникающими ошибками

1. Звонкие согласные (одионочные или парные) в конце слова произносятся как соответствующие им глухие перед глухими согласными звонкие также «оглушаются»: Наш парово[с] летит [ф] пере[т]. До[щц] идет.

2. Зубные = д, з, с, т, к, г = перед мягкими согласными смягчаются: [д]венадцать, ка[з]нь, го[с]ть, ве[т]вей.

3. =Н=, =нн= перед мягкими согласными произносятся мягко: стра[н]ник =Н= перед =л= обычно произносится твёрдо или полумягко: сонливый.

4. =Ж= и =ш= перед мягкими согласными произносятся твёрдо: прежде, внешне.

5. Удвоенное =ж= в сценической речи и в пении обычно смягчается: Пчёлка жу[ж^b ж^b]ит.

6. Возвратные частицы =ся= и =сь= произносятся твёрдо, как =са= и =с=, если перед ними стоит твёрдый согласный:

бьет[са], если же =ся= и =сь= следует после полугласного =й= или мягкого согласного, надо произносить мягко:

лей[ся], остань[ся].

7. В сочетании =стн=, =здн=, =т= и =д= не произносятся:

гру[сн]о, по[зн]о.

8. Сочетание =сш=, =зш= в середине слова и на стыке с предлогом произносятся как твёрдое, долгое =ш=, а на стыке двух самостоятельных слов – как написано:

бе[шш]умно, но = произнёс шёпотом =.

9. Сочетания =сч=, =зч= уподобляются долговому =щ=:

[щц]астье, и [щц]е [с], изво[щц]ик.

3.6. Особенности дикции

Под дикцией понимается четкое, ясное и отчетливое произношение всех звуков родного языка с правильной их артикуляцией при четком и внятном произнесении слов и фраз. Четкое и ясное произнесение слов обеспечивается за счет правильной артикуляции каждого звука, и, прежде всего, умения в процессе речи свободно и достаточно широко открывать рот. При плохо открываемом рте звуки произносятся как бы сквозь зубы. Для развития подвижности мышц нижней челюсти, умения достаточно широко открывать рот в процессе речи используются специальные упражнения.

Итак, **дикция** (от греч. произношение) – это ясность, понятность, выразительность слова.

Принято различать 3 вида произношения: бытовое, сценическая речь и певческая речь. Певческое произношение ближе к сценической речи, однако, между ними есть существенное различие. Голос в речи характеризуется неустойчивостью отдельных тонов, а в пении наибольшее внимание уделяется певческому тону, произношение ритмически строго организовано, дыхание более продолжительное, чем в речи, и подчинено требованиям музыки.

Специфика певческой дикции заключается в нейтрализации гласных, продолжительном выдерживании звука на гласных; в быстром произношении согласных с отнесением их внутри слова к последующему гласному.

Наиболее частыми недостатками при певческом произношении являются:

1) нечеткое произношение концов слов, что затрудняет понимание текста;

2) низкое интонирование согласных, в результате чего возникают «подъезды», *glissando* в начале звука. В пении согласные нужно произносить на высоте гласных, к которым они примыкают. Работу над литературным текстом нужно начинать с осмысления значения текста, нахождения логических центров, ударных слов.

В качестве ударных слов в тексте могут выступать:

1. Знакомое и новое слово (понятие). Опять посыпались выстрелы.
2. Противопоставление. Хотела протянуть правую, а неожиданно протянула левую ладонь.
3. Сравнение. Закружился в чистом небе, как птица.
4. Многословное понятие. Великий русский народный поэт Пушкин.
5. Подлежащее и сказуемое. Улетели грачи. Грачи улетели.
6. Родительный падеж (определение). Стакан воды.
7. Пояснительные слова при глаголах. Анчар, как грозный часовой.

Логические паузы необходимы для правильного восприятия мысли. Уместные паузы придают фразе логическую стройность. Знаки препинания определяют место пауз.

Особенности певческой дикции. К особенностям певческой дикции относят распев и декламации. *Распев* – певучее исполнение текста, трактованного на обобщенно-эмоциональной основе. Особое значение приобретает мелодия, которая подчиняет себе тематический материал.

Декламация – произношение, приближенное к разговорно-речевым интонациям. Литературно-текстовая основа выражена более ярко: она не только определяет общее содержание и характер произношения, но и диктует более конкретный – музыкальный образ.

Крайними проявлениями этих двух направлений является *вокализация* – пение на гласных звуках и *скороговорка* – исполнение текста в очень быстром темпе и, как правило, в однообразном ритме

с преобладанием одинаковых мелких длительностей, что представляет особую трудность в дикционном отношении.

Гласные и согласные звуки не всегда произносятся в сочетании так, как пишутся или как звучат в отдельности. В русской речи очень важен вопрос о правильном ударении в слове, так как оно может падать на разные слоги. Ударный слог лишь один. Одни ударные гласные переходят в другие гласные, например =о= и =а= /окно – [а]кно/, вторые звучат как сочетание 2-х гласных: =я= как =ие= лягушка – л[ие]гушка, третьи произносятся неясно: =а= занавеска – з[ъ]навеска.

Слоги различаются по ударению:

* ударный – слог на который падает ударение;

* предударный – слог перед ударным;

* заударный – слог, идущий за ударным.

[А] произносится под ударением с широко открытым ртом (цапля, рано, красота).

[А] без ударения. Если с него начинается слово или кончается – прослушивается ясно (аршин, арбуз, старик, веревка).

[А] в слогах заударных после = ч, щ = произносится неясно, как условный ъ. Начаты – нач[ъ]ты, роща – роц[ъ].

[О] – как =о= (прямой) произносится только под ударением.

[О] – без ударения произносится как =а= один – [а]дин, полоса – п[а]л[а]са.

[У] – во всех случаях произносится одинаково (губы вытянуты вперед) = удар, буря, буран.

[Ы] – всегда произносится одинаково, быстро: = обыватель, камыш.

[Э] – всегда произносится одинаково, открыто, глубоко = этот, экипаж.

[И] – всегда произносится одинаково, независимо от ударения, но после = ж, ш, ц = произносится как = ы = жизнь – ж[ы]знь, жир – ж[ы]р.

3.7. Певческая артикуляция и тип гласного

В основе пения лежит слово, текст. Пение, в котором нельзя разобрать слов, теряет смысл. Певец вкладывает всю выразительность своего голоса, прежде всего, в слова, которые он произносит. Чем лучше у певца дикция, тем интереснее его слушать, а самому ему хорошая дикция значительно облегчает пение. Четкость произношения слов во время пения зависит от гибкости, упругости, подвижности и большой тренированности так называемых «органов артикуляции», то есть той части голосового аппарата, которая формирует гласные и согласные звуки. Работа артикуляционных органов, направленная на образование звуков речи, называется *артикуляцией*.

К органам артикуляции относятся: 1) нижняя челюсть, 2) язык, 3) нёбная занавеска, 4) губы, 5) гортань, 6) задняя стенка глотки (зев),

7) голосовые связки. Главное условие для хорошей работы органов артикуляции – ненапряженное, свободное положение гортани и всей окружающей ее мускулатуры. Равным образом отрицательно действуют на дикцию всякие гримасы и искажение лицевых мускулов. Обычный недостаток начинающих учиться пению – вялость органов артикуляции. Ученик не умеет открывать рот, то есть управлять своей нижней челюстью. А между тем, нижняя челюсть должна обладать большой подвижностью. Всю работу над органами артикуляции удобнее контролировать при помощи зеркала. Ученик должен твердо уяснить, что, контролируя себя в зеркале, он в течение месяца достигнет таких успехов, каких рискует никогда не достигнуть иным путем. На нижних нотах первой голосовой октавы рекомендуется открывать рот нешироко, то есть опускать нижнюю челюсть лишь настолько, чтобы был полностью виден язык, а за ним мягкое нёбо. С повышением звука челюсть должна опускаться ниже, расширяя и увеличивая этим резонирующую полость рта. Затем, на крайних верхних нотах полость рта должна быть увеличена, уменьшена или изменена, уже исходя из индивидуальных качеств голоса и его звучания. Движение лёгкого зевка открывает зев и расширяет ход из гортани в рот. Именно такое положение челюсть и зев должны принимать во время пения.

Как известно, певческий звук формируется на гласных, в них выявляются все качества голоса. Гласные должны звучать одинаково вокально, сохранять тембральное родство. Смена гласных происходит плавно, при спокойном, устойчивом состоянии гортани. Из известных разновидностей вокального звука в академическом пении применим округлый, прикрытый звук, выровненный на всем диапазоне голоса. В современной вокальной педагогике под прикрытым звуком подразумевается некоторое затемнение тембра путем перестройки верхних резонаторов. Если округление звука осуществляется за счёт куполообразной формы мягкого нёба, токрытие производится через расширение нижней части глотки. С проблемой округления и прикрытия звука связан момент выравнивания, сглаживания регистров, так как при смещении головного и грудного звучания голос приобретает ровность на всем диапазоне. Артикуляция гласных не должна влиять на устойчивое положение гортани во время пения. Слова необходимо произносить свободно, но не вяло. Особое внимание обращается на округление звуков, прилегающих к границам регистра. Переходные звуки следует прикрывать. При изменении гласных изменяется форма нижней части глотки. Так, на гласном [У] она расширена, звук имеет тёмную окраску. На [А] глотка сужена, звук тяготеет к светлому открытому тембру. Гласные [О], [Э], [И] являются промежуточными между [У], [А]. В целях достижения прикрытия отдельных гласных рекомендуют петь [А] с призвуком [О], [И] – с призвуком [Ы], [Е] – с четким переходом на прикрытое [Э]. Призвуком

[У] рекомендуется пользоваться осторожно. Расставив гласные в постепенном порядке их большей или меньшей открытости, начиная с наиболее открытой, мы получим следующий ряд:

а, о, е, и, ы, у (гласные *я, ё, ю* протянуты быть не могут и переходят в *а, о, у*).

Гласный «А» занимает среднее положение между звонкими и глухими гласными, легко поддается округлению. При его произнесении ротоглоточный канал принимает наиболее правильную рупорообразную форму, положение гортани близко к певческому. Из-за всех этих качеств «а» часто применяется как основной гласный звук для выработки вокального звучания. Он помогает лучше других гласных освободить артикуляционный аппарат, выявить природный тембр голоса. Является громким гласным.

Гласный «И» – самый звонкий из всех гласных звуков. Он настраивает на головное резонирование, помогает собрать и приблизить звук, применяется при глухом, затемненном фоне звучания. При произнесении «и» гортань поднимается, поэтому он противопоказан при зажатом, горловом тембре. В связи с тем, что форманта этого гласного близка к высокой певческой форманте, она помогает усилению последней на других гласных; способствует созданию активной атаки. Гласный «и» образуется при значительном сокращении голосовых складок, активизирует их смыкание и потому показан при сипе, особенно если этот призыв присутствует как остаточное явление мутации.

Гласный «У» является наиболее «темным» и глубоким, малозвучным, поэтому он не применяется при углубленном и глухом общем фоне звучания. При произнесении этого звука больше, чем на всех других гласных поднимается мягкое нёбо, расширяется ротоглоточная трубка. «У» активизирует голосовые складки, значительно стимулирует работу губ, наводит на ощущение прикрытия в верхнем регистре мужских голосов. Этот гласный показан при работе с детскими голосами: активизирует вялое мягкое нёбо, губы и голосовые складки. Помогает изжить плоское, чрезмерно близкое звучание. Широко применяется в вокальной работе, т.к. помогает выровнять звучание всех гласных на различных участках диапазона.

Гласный «Ы» по артикуляционному укладу неудобен для пения. Его артикуляция связана напряжением корня языка и потому он может вызвать, а если это уже есть, то увеличить зажим горла и горловые призвуки. Если учесть, что гласный «ы» в русском языке близок к «и», представляет собой своеобразный вариант этого гласного, то и в пении, приближая звучание «ы» к «и», можно уменьшить неудобство его артикуляции.

Гласный «Э» по артикуляционному укладу не всегда удобен. Целесообразно применять его в случаях, когда голос звучит на этом

гласном лучше, чем на остальных. У низких мужских голосов гласный «э» бывает удобен при формировании головных звуков. Он способствует активной атаке.

Существуют и сложные гласные (*йотированные*): «е, ё, ю, я», которые представляют собой сочетание гласных «э, о, у, а» с полугласным «й». $e = й+э$, $ё = й+о$, $ю = й+у$, $я = й+а$.

При пении йотированных гласных первый звук мгновенно сменяется вторым, тянувшись звуком. Необходимо следить, чтобы после быстрой смены артикуляции с «и краткого» на основной гласный не искажалось звучание последнего. Применение йотированных гласных способствует созданию более собранного, близкого, яркого и высокого звучания соответствующих простых гласных звуков, а также активизации голосовых складок в момент атаки. При горлении и зажатости эти гласные следует применять осторожно.

Не надо забывать, что вся работа над постановкой голоса и установкой отдельных частей вокального аппарата должна исходить от звука, подчиняться звуку, а не звук – установке частей аппарата.

При слегка опущенной челюсти ученик должен свободно произносить основные гласные: **А, Е, И, О, У**. Небольшое затруднение с гласной **И** должно быстро пройти.

Когда челюсть привыкнет к требуемому положению, уже значительно легче не прибегая к искусственным мероприятиям открывать рот шире, поднимаясь к верхним нотам. Во время пения открывать рот нужно следующим образом: при арпеджио на букву **А** на нижней ноте рот лишь слегка приоткрывается, на следующей – с очень небольшим изменением в сторону широты, на третьей он открывается заметно шире, и, наконец, верхняя нота поётся с более расширенным ртом.

Особенность надставной трубы голосового аппарата человека по сравнению надставной трубой язычкового музыкального инструмента состоит в том, что она не только усиливает голос и придаёт ему индивидуальную окраску (тембр), но и служит местом образования звуков речи. Одни части надставной трубы (полость носа, твёрдое нёбо, задняя стенка глотки) неподвижны и называются *пассивными органами произношения*. Другие части (нижняя челюсть, губы, язык, мягкое нёбо) – подвижны и называются *активными органами произношения*. При движении нижней челюсти происходит открывание или закрывание рта. Разнообразные движения языка и губ изменяют форму полости рта, образуют в разных местах ротовой полости смычки или щели. Мягкое нёбо, поднимаясь и прижимаясь к задней стенке глотки, закрывает вход в нос, опускаясь – открывает его.

Деятельность активных органов произношения, которая называется артикуляцией, обеспечивает образование звуков речи, т. е. фонем. Акустические особенности звуков речи, позволяющие отличать их друг от друга на слух, обусловлены особенностями их артикуляции.

Своевременно не исправленные недостатки произношения звуков могут остаться на всю жизнь. Они нередко встречаются и у взрослых. Недочеты речи закрепляются, и люди, привыкая к ним, порой их не замечают. Иногда считают, что исправить недостатки произношения звуков и других дефектов речи во взрослом возрасте невозможно. Это неверно. Приложив некоторые усилия, можно улучшить свою речь и устранить дефекты звукопроизношения. Чтобы выработать хорошую дикцию, необходимо, прежде всего, укрепить мышцы языка, губ и нижней челюсти, наладить правильное речевое дыхание. Для этого используются специальные упражнения:

-«*Пятачок*» - вытянуть губы вперед и совершать ими вращательные движения.

-«*Шпага*» - при сомкнутых губах хорошо открыть рот, языком «колоть» щеки.

-Для раскрепощения нижней челюсти использовать гласный «а» и слоги с ним.

-Для активизации губ – упражнения с губными согласными «б», «п», «м», с гласными «о», «у», «и» (очень хорошо сочетание «и-у»).

-При вялости языка – слог «ля» (внимание на кончик языка), слоги с согласными «р», «н», «ч».

-Полезно выразительно читать текст произведения в заданном музыкальным материалом ритме.

-Произведения с активным произношением предварительно пропевать на слоги «бра», «дри», «гри» и т.п.

3.8. Рекомендуемые упражнения для работы над дикцией

Изучив артикуляционные характеристики звуков, следует приступать к выполнению упражнений над дикцией. Начинать нужно с общей артикуляционной гимнастики, а затем переходить к тренировке отдельных звуков.

Полезно записать чтение какого-либо текста на магнитофон и самостоятельно или с педагогом проанализировать запись. По результатам этого анализа необходимо определить, над артикуляцией каких звуков надо работать в первую очередь. Выполняя упражнения на дикцию, следует особое внимание уделять чёткости работы органов речи, т. е. тщательно соблюдать артикуляционные характеристики. Постепенно от произнесения отдельных звуков надо переходить к произнесению слогов, слов.

Чрезвычайно полезны для выработки дикции скороговорки и чистоговорки. Работа над скороговоркой имеет свои особенности. Вначале нужно прочесть её, уяснить смысл. Затем приступают к беззвучной артикуляции, т. е. скороговорка не произносится, а просто тщательно воспроизводится работа органов речи без участия голоса. После

этого можно произносить скороговорку вслух, вначале неторопливо, тщательно артикулируя. Следуя за чёткостью артикуляции, т. е. за дикцией, скороговорку произносят, постепенно увеличивая темп.

Артикуляционная гимнастика.

1. Упражнения для «разогрева» губ, языка, нижней челюсти, принимающих непосредственное участие в говорении.

– Языком по кругу обвести по альвеолам верхних, а затем нижних зубов 8–10 раз, а затем столько же раз в противоположном направлении.

– Языком упираться то в левую, то в правую щеку 8–10 раз.

– Языком упираться то в нижнее, то в верхнее небо 8–10 раз.

– Языком обводить внутреннюю сторону губ 8–10 раз, затем в противоположном направлении.

– Завернуть язык к маленькому язычку и проделать пружинистые движения, помогая при этом челюстью.

– Покусать верхнюю, затем нижнюю губу, затем две губы вместе.

– «Шинковать» язык зубами, выдвигая вперед.

– Губы растягивать в улыбке и сжимать в «трубочку» 8–10 раз.

– Сжатые в «трубочку» губы перемещать то влево, то вправо 8–10 раз.

– Проделать круговые движения сжатых губ 8–10 раз в одну сторону, затем столько же раз в другую сторону.

– Подвигать челюстью влево-вправо, вперед-назад, вверх-вниз, по кругу по 8–10 раз.

2. Проговорить с закрытым ртом:

– звуки [мг] [мгм] [тм]

– фразы: «Мама мыла раму», затем «Маша ела кашу».

3. Используя гласные У, О, А, Э, Ы создать слоги с разными согласными и тянуть на выдохе, добиваясь красивого сочного звучания в среднем регистре: му-у-у, мо-о-о-, ма-а-а-. мэ-э-э-, мы-ы-ы; ну-у-у, но-о-о, на-а-а, нэ-э-э, ны-ы-ы и т. д. Можно также использовать слоги с согласными б, в, д, к, р, с, т.

4. Постукивая кончиками пальцев по надбровным дугам, в верхнем регистре проговорить различные согласные (м, н, л, р) в сочетании с гласными У, О, А, Э, Ы: мму-му-му, ммо-мо-мо, мма-ма-ма и т. д.

5. Растягивая звучание слогов, проговорить фразы в разных регистрах: «Ра-аз-з, два-а, три-и, че-е-е-е, пя-ять, все-е уме-е-е-емм м-мы счи-ита-ать» – нижний регистр звучания;

«Отдыха-ать ум-ме-ем тож-же, р-руки з-за спину пол-лож-жим» – средний регистр звучания;

«Гол-лову-у подн-ним-мем выше и л-легко-о, сво-обо-одно дыши-им-м» – верхний регистр звучания.

6. В среднем регистре выразительно произнести свое полное имя вполголоса, чуть громче и в полный голос.

7. В нижнем регистре проговорить слова, стараясь передать своим голосом звучание большого колокола: бомм-бомм, донн-донн, звонн-звонн-звонн.

8. Пословицу «Учиться никогда не поздно» произнести 3 раза: первый раз – вполголоса, второй – громко, третий – максимально громко, активно «отправляя» от себя звуки, но не кричать.

9. Звучание на одном дыхании:

- пошипеть, как змея;
- похрапеть, как во сне;
- простонать, как будто что-то болит;
- посмеяться, как маленькая мышка, как большой медведь, злорадным смехом, весёлым детским смехом и – вздох облегчения.

10. Изучив артикуляционные характеристики гласных звуков, приступайте к тренировке сначала на отдельных слогах и словах, затем на фразах. Вначале артикулируйте беззвучно, затем произносите шёпотом, наконец, вслух.

И-Э-А-О-У-Ы А-Э-И-О-У-И А-Э-О-У-Ы-И И-У-И-У-И-У
АИ-АЭ-АО-АУ-АЫ ЭИ-ЭА-ЭО-ЭУ-ЭЫ ИА-ИЭ-ИОИУ-ИЫ
ОА-ОЭ-ОИ-ОУ-ОЫ УА-УЭ-УИ-УО-УЫ ЫА-ЫЭ-ЫИ-ЫО-ИУ

Дам	Анна	опий	оса	балагур	караван
дом	акция	улица	один	педаль	щавель
дым	эврика	ум	полено	венок	шесток
дума	эра	иго	богатырь	пятак	жена
мэр	эхо	иконопись	городить	лягушка	цена
мир	око	идол	холода	язык	часы

11. Вопросы-ответы с согласными:

У-шу, у-шо у-ша у-шы
У-су у-со у-са у-сэ у-сы
У-фу у-фо у-фа у-фэ у-фы
У-ку у-ко у-ка у-кэ у-кы
У-ту у-то у-та у-тэ у-ты
У-пу у-по у-па у-пэ у-пы

12. Необходимо издавать звук одновременно с выдуванием воздуха через плотно сомкнутые вытянутые трубочкой губы и имитацией звука «р» вибрацией губ.

«Сонорные согласные»

У – МУ – МУ

(у) – МУ – МУ

вибрация губ (р) У – МУ – МУ

У – МУ – МУ о а э ы

Лл У – ЛО – ЛО

Нн у – на – на

Рр у – рэ-рэ

13. На данных скороговорках отработайте артикуляцию всех звуков русского языка.

[Б] [П]

1. Бык тупогуб, тупогубенький бычок.
2. От топота копыт пыль по полю летит.
3. Расскажите про покупки!
Про какие про покупки?
Про покупки, про покупки, про покупочки свои!

[В] [Ф]

1. Была у Фрола – Фролу на Лавра наврала,
Пойдет к Лавру – Лавру на Фрола наврёт.
2. На дворе трава, на траве дрова.
Не руби дрова на траве двора.

[Г] [К]

1. У ёлки иголки колки.
2. Зимой съел бы грибок, да снег глубок.
3. Ткёт ткач ткани на платье Тане.

[Д] [Т]

1. Тетерев сидел на дереве, от дерева тень тетерева.
2. И такая дребедень целый день:
«Динь-ди-лень, Динь-ди-лень,
то Тюлень позвонит, то Олень»...

[Ж] [Ш]

1. Шутил, шутил да и вышутил.
2. Хороши в дорожку пирожки с горошком.
3. Шли сорок мышей, несли сорок грошей,
Две мыши поплоше несли по два гроша.
4. Шла Саша по шоссе и сосала сушку.

[Щ]

1. Два щенка щека к щеке щиплют щетку в уголке.
2. Волки рыщут – пищу ищут.
3. Мы славно пообедали у щедрой буквы «Щ»
Всего мы здесь отведали: и щуки, и борща.
А рано утром натошак пошли мы к букве «Твёрдый знак»!

[З] [С]

1. Сенька-везенька, вёз бабу на санках,
Санки – скок, Сеньку – в лоб.
2. Везут Сенька с Санькой Соньку на санках
Санки – скок, Сенька – с ног, Саньку – в бок, Соньку – в лоб!
Все в сугроб!

[Й]

1. Рот до ушей, хоть лягушку пришей.

2. Наш Авдей никому не злодей.

[Л]

1. Около кола колокола.
2. Клава клала лук на полку, угощала им Николку.
3. Маленькое дело лучше большого безделья.
4. Вёз корабль карамель, наскочил корабль на мель,
И матросы три недели карамель на мели ели.
5. Легкий лист на липе млея, лунный луч в себя вобрал –
Спит зеленая аллея, лишь вверху поёт хорал.

[М]

1. Молчал да и вымолчал.
2. Малыш был мал, он цветы мял.
Пришла мать, не велела цветы мять.

[Н]

1. Наш кочень очень озабочен:
Нож отточен, точен очень!

[Р]

1. Я рад, что попал в этот ряд,
И мы рады, что сидим рядом.
2. Тридцать три корабля лавировали, лавировали, да не вылавировали.
3. Протокол про протокол протоколом запротоколировали.
4. Орел на горе, перо на орле.
5. Ехал Грека через реку, видит Грека в реке рак,
Сунул Грека руку в реку, рак за руку Греку – цап!

[Х]

1. Хихоньки да хаханьки – доходушки,
Хохлатые хохотушки, хохотом хохотали: Ха-ха-ха-ха-ха.
2. Худ идёт на гору, худ идёт под гору;
Худ худу бает: «Ты худ, я худ;
Сядь худ на худ; погоняй худ худом, железным кнутом».

[Ц]

1. Небылица в лицах, найдена в старых светлицах
Оберчена в чёрных тряпицах.

[Ч]

1. Плачу, плачу, горе прячу.
2. Не для чего, чего много, как прочего другого.
3. В четверг четвертого числа в четыре с четвертью часа,
Четыре чёрненьких чумазеньких чертёнка,
Чертили чёрными чернилами чертёж
Чрезвычайно чисто.

14. Потренируйтесь быстро и чётко произносить тексты, составленные из известных скороговорок.

От топота копыт пыль по полю летит – едут бабы из города, везут вестей с три короба: мол, съел молодец тридцать три пирога с пирогом, да все с творогом; мол, пришел Прокоп кипятить свой укроп; мол, супруги Пото играли в лото. От топота копыт пыль по полю летит. Кто переносит вести, тому бы на день плетей по двести.

Из-под Костромы, из-под костромщины везёт Сенька Саньку с Сонькой на санках. Везёт да скороговорками так и сыплет: мол, тетерев сидел на дереве, от дерева – тень тетерева; мол, у гусыни гусов ищи не ищи, не сыщешь; мол, каков Савва, такова и слава.

15. На следующем стихотворении отработайте артикуляции всех звуков.

Веселые чижи

Жили в квартире
Сорок четыре
Сорок четыре
Весёлых чижа:

Чиж накрывает,
Чиж созывает,
Чиж разливает
Чиж раздаёт.

Чиж-судомойка,
Чиж-поломойка,
Чиж-огородник,
Чиж-водолаз,
Чиж за кухарку,
Чиж за хозяйку,
Чиж на посылках,
Чиж трубочист.

После работы
Брались за ноты,
Сорок четыре
Веселых чижа.

Печку топили,
Кашу варили
Сорок четыре
Весёлых чижа:
Чиж с поварешкой,
Чиж с кочережкой,
Чиж с коромыслом,
Чиж с решетом.
Чиж на трамвае,
Чиж на машине,
Чиж на телеге,
Чиж на возу,
Чиж в таратайке,
Чиж на запятках,
Чиж на оглобле,
Чиж на дуге!

Дружно играли:
Чиж на рояле,
Чиж на цимбале,
Чиж на трубе,
Чиж на тромбоне,
Чиж на гармони,
Чиж на гребенке,
Чиж на губе!
Ездили к тетке,
К тетке чечетке
Сорок четыре
Весёлых чижа:
Чиж на катушке,
Чиж на бумажке,
Чиж на полу.

Лёжа в постели,
Дружно свистели
Сорок четыре
Весёлых чижа:

Спать захотели,
Стелют постели
Сорок четыре
Усталых чижа:

Чиж на кровати,
Чиж на диване,
Чиж на скамейке,
Чиж на столе,
Чиж на коробке,

Чиж-трети-лити,
Чиж-тирли-тирли,
Чиж-дили-дили,
Чиж-ти-ти-ти.
Чиж-тики-рики,
Чиж-рики-тики,
Чиж-тюти-люти,
Чиж-тю-тю-тю

(С. Маршак, Д. Хармс)

Пропевание текста вне ритма и декламация текста под музыку

1. Веселые ребята,
Мы снова в путь уйдем
И на походном марше
Мы песню запоем.
Веселую, задорную
Мы песню запоем.

П р и п е в : Дети, рисуйте веселые сказки,
Солнечный зайчик подарит нам краски,
Пойте, ребята, если охота,
Солнечный зайчик подарит вам ноты.

2. Мой солнечный зайчик
Бежит по планете,
Везде его встретят
Улыбками дети.
3. Мой солнечный зайчик
Бежит по планете,
Купается в росах
И в утреннем свете.

Прочтите стихотворение, четко произнося звуки "а", "я".

Уж небо осенью дышало,
Уж реже солнышко блистало,
Короче становился день,
Лесов таинственная сень
С печальным шумом обнажалась,
Ложился на поля туман,
Гусей крикливых караван
Тянулся к югу: приближалась
Довольно скучная пора;
Стоял ноябрь уж у двора...

(А.С. Пушкин.)

В процессе выполнения упражнений следите за тем, чтобы нижняя челюсть опускалась свободно вниз, гласные звуки сначала произносите немного подчеркнуто.

16. Упражнения для развития подвижности губ.

При вялости и недостаточной подвижности губ страдает четкость и ясность произношения многих гласных и согласных звуков. Так, для произнесения звука у(ю) требуется вытянуть губы вперед трубочкой, для о(ё) - округлить губы, для с(з) - растянуть губы в улыбке и т.д. Для развития губ полезно использовать следующие упражнения.

-Растяните губы в улыбке без обнажения зубов.

-Растяните губы в улыбке с обнажением зубов при закрытом рте.

-Плотно сомкнутые губы вытяните вперед (как при свисте).

-Вытяните губы вперед в форме трубочки.

-Попеременно чередуйте вытягивание губ в трубочку с растягиванием их в улыбке.

-Поднимите верхнюю губу, обнажив верхние зубы, затем опустите нижнюю губу, обнажив нижние зубы.

-Протяжно произнесите гласные звуки (сначала без голоса, но с подчеркнутой артикуляцией, затем с голосом).

иииии (губы растянуты в улыбке);

ооооо (губы овалом);

ууууу (губы трубочкой).

-Произнесите согласные звуки (сначала беззвучно, затем с голосом):

ссссс, зzzzzz (губы растянуты в улыбке);

шшшшш, жжжжж (губы вытянуты вперед овалом).

-Слитно и протяжно произнесите несколько звуков на одном выдохе:

иииуууу (губы сначала растянуты, затем принимают форму трубочки);

уууиии (губы из формы трубочки переходят в форму улыбки);

оооууиии (округлены, трубочка, улыбка);

аааиииуууыыы и т.д.

сссссшшшшш (при произнесении звука с губы растянуты, при произнесении ш вытянуты вперед);

зззззжжжжж (при произнесении з растянуть губы, при произнесении ж вытянуть вперед).

-При плотно сомкнутых губах образовывать взрыв при произнесении звуков п, б (папа, баба, бублик, крупа, барабан, палка).

-Закрепите четкость и ясность произношения звуков в словах:

ива, игра, утюг, урок, утиль, окунь, ослик, юла, юрист, юг, ёжик, ёлка, Ирина, институт, инкубатор, изумруд, укрытие, улитка, удилище, ощущение, окулист, оборудование, сок, замок, колесо, шапка, школа, жук, живот, сушки, солнышко, железо, папка, барабан, веник, велосипед, фартук, фуфайка, кофта.

При произнесении слов следите за положением губ перед зеркалом.

17. Прочтите вслух рассказ и проследите за тем, чтобы губы принимали активное участие в произнесении звуков и слов.

Колокольчики.

Я очень люблю эти простые цветы - веселые колокольчики. Выйдешь из лесу на нескошенный, заросший высокой травой луг и от радости ахнешь - столько красуется всевозможных цветов, похожих на праздничный хоровод. По всему зеленому лугу белеют ромашки, желтеют одуванчики, цветет мышиный горошек. А выше всех, всех веселее - лиловые колокольчики. От легкого дыхания теплого летнего ветра колышутся, кланяются, неслышно звенят колокольчики, радостно приветствуя гостя. Все лето цветут, неслышно звенят колокольчики, знакомые и милые цветы наших лугов и лесов.

Вопросы и задания

1. Составьте таблицу классификации гласных звуков по степени и месту подъема языка.
2. Назовите наиболее часто возникающие ошибки при произношении согласных звуков.
3. В чем заключаются особенности дикции? Раскройте понятие «дикция».
4. Расставьте гласные в постепенном порядке их большей или меньшей открытости, начиная с наиболее открытой.
5. Подготовьте упражнения для работы над дикцией.
6. Дайте определение «артикуляции». Что относится к органам артикуляции?
7. Приведите примеры артикуляционной гимнастики.
8. Подберите скороговорки. Составьте тексты из известных скороговорок.
9. Подберите стихотворение. Используйте текст в качестве упражнения: пропевание текста вне ритмического рисунка, декламация текста под музыку.

4. ИСПРАВЛЕНИЕ НЕДОСТАТКОВ ВОКАЛЬНОГО ЗВУКООБРАЗОВАНИЯ. МУТАЦИЯ ГОЛОСА

Недостатки вокального звукообразования с которыми сталкивается педагог особенно на начальном этапе обучения пению, связаны с отсутствием навыков вокальной культуры. Главной целью педагога является развитие комплекса вокальных навыков: пение на опоре, использование резонаторной системы, развитие певческой артикуляции на основе прикрытия и единообразного произношения гласных. Без этого невозможно добиться качественного звучания голоса.

1. Один из существенных недостатков голосообразования – *качание голоса, тремоло* или *дрожь*. Качание голоса в виде широких волнообразных колебаний обычно происходит от неумения пользоваться дыханием и постепенно, путем постоянных занятий голосом, исправляется. Мелкая же дрожь зависит от гортани. Причина такой дрожи кроется в недостаточном прикрытии звука или в перегрузке гортани слишком громким, длительным до утомления пением, криком, пением слишком высоких нот и т. д., то есть в переутомлении голосового аппарата, в результате чего нарушается нормальное состояние гортани и окружающей ее мускулатуры, которая делается недостаточно устойчивой. Каждое движение гортани отражается на ровности звука, выдержанности точной высоты определённого тона. В сильно тремолирующем голосе иногда звучит не та нота, которую нужно спеть, или, вместе с основной, соседняя, которая быстро чередуется с первой и создает род своеобразной, неправильной, плохой трели. При попытке устранить тремоло нужно добиться устойчивости гортани и сохранить её в спокойном состоянии во время пения.

2. *Гнусавые* или *носовые звуки* обычно возникают при низко опущенной нёбной занавески, которая перекрывает доступ звука в полость рта. Если у ученика получаются подобные звуки, надо заставить его петь на «А» с широко раскрытым ртом, проверяя, сокращается ли его нёбная занавеска или же висит, касаясь большого языка. Бывает, что дряблость нёбной занавески является результатом инфекционных болезней, дифтерии и др., тогда надежды на исправление гнусавого тембра нет. Если же причина – простая ее инертность, надо прибегнуть к уже описанным выше упражнениям нёбной занавески как изолированно, так и в соединении с языком. Упражнения первоначально можно петь только на «У», так как при этом гласном звуке нёбная занавеска больше всего сокращается. Упражнения следует петь долго и терпеливо, в медленном темпе на нижних нотах, на самом ограниченном диапазоне, в нисходящем порядке. При гнусавом звуке «У» является исходной гласной. От него надо осторожно перейти к «О», дальше к «А». Последними звуками будут «Е» и «И». Даже когда гнусавость исчезнет, не следует забывать, что привычный недостаток может снова возродиться, если не продолжать петь те

упражнения, при помощи которых он был уничтожен. Поэтому каждый раз, распеваясь, нужно начинать упражнения с «У», не задерживаясь на нем перейти на «О», «А».

Активным включением головного резонатора с контролем ощущений лобных пазух способствуют упражнения на слоги «БРА», «ДА», «РЭ», «РО». Пение слогов «НЭ», «МЭ», «РЭ» не только хорошо поднимают нёбную занавеску, но и способствуют хорошей настройке головного резонатора. Для исправления этого недостатка необходимо активизировать мягкое нёбо использованием твердой атаки звука и штриха стаккато.

3. Горловой звук является самым типичным недостатком начального этапа обучения, который образуется у детей чаще всего из-за ложных представлений, связывающих певческое звукообразование только с ротоглоточной частью голосового аппарата. (Говорим ртом, и формировать вокальный звук надо также). Голос ребенка при отсутствии слуховой и вокальной координации не может перейти из речевого режима в певческий. Укажем причины данного недостатка: а) перенапряженная гортань; б) высоко поднятая голова (смотрит на учителя); в) нет правильной организации звука с дыханием-резонатором; г) неумение перейти из речевого в певческий регистр (координационная работа связок); д) скована нижняя челюсть.

Методы исправления:

- Стабилизация гортани.
- Освобождение нижней челюсти.
- Координирование певческого дыхания и звукообразования.
- Использование мягкой и придыхательной атаки звука.
- Формирование резонаторных ощущений.

Горловой звук образуется из-за напряженности, малоподвижности, «скованности» нижней челюсти. При таком положении гортань оказывается в неестественно высоком положении. Свободного открывания рта добиваются на гласных «А», «О», «У» как в речевых, так и в вокальных упражнениях.

В данном случае необходимо стабилизировать гортань опущенным подбородком и поднятием мягкого нёба, чтобы звук свободно попадал в резонаторы. Спастические рефлексии на перенапряженное звукообразование хорошо удаляются упражнением на согласный «Г» с придыхательной атакой, например, в сочетании с гласной «А». необходимое условие перевода звука из глотки в головной резонатор – формирование округлого прикрытия (полузевка). Для округления звучания используют различные сочетания согласных с гласными «О», «Ё», («ЛЁ», «МО», «РО», «ЗО» и т.д.)

Иногда причина заключается в давлении корня языка на гортань. Причина устанавливается изучением положения гортани при пении и

наблюдением за тем, как ученик держит свой язык при пении на «А». Если язык встает горбом, закрывая собой всю заднюю часть ротовой полости, а кончик его, при этом, отходит от нижних зубов и далеко оттягивается назад, то дефект звука явно зависит от положения языка. Если же язык лежит нормально, причина горлового звука кроется в положении гортани.

Частой причиной горлового звука является речевая манера звукообразования и, как следствие, доминирование речевого (грудного) резонатора. В связи с чем следует активизировать работу верхнего резонатора, используя в упражнениях для распевания высокую тональную настройку (необходимо научить учащихся формировать звук сначала в фальцетном регистре, затем переходить к легкому миксту).

4. Крикливое, форсированное, напряженное пение. Подражая взрослым, дети часто стараются громко говорить, петь. Они уверены, что громкое пение равнозначно красивому. Но форсированный звук наносит существенный вред голосовым связкам ребенка. Необходимо объяснить ребенку, что только на среднем по силе звучания фоне возможно добиться выразительной интонации голоса.

Причины: а) постоянное употребление твердой атаки звука; б) отсутствие навыка легатного звуковедения; в) напряженная гортань; г) чрезмерно глубокий вдох.

Методы исправления:

- Использовать исключительно мягкую и придыхательную атаку звука.

- Работать над звуковедением на легато.

- Удалить гортанный зажим, переключая внимание исполнителей с горлового ощущения на грудобрюшные мышцы живота и резонаторные ощущения.

- Исключить в распевании и произведениях громкое звучание, провоцирующее крикливость.

5. Детонация (фальшивое интонирование) – следствие недостаточного развития музыкального слуха. В данном случае необходимо согласовывать дыхание со звуком, работать над развитием музыкального слуха, осуществлять строгий контроль, не допускающий неряшливую интонацию, самоконтроль поющего, укрепление мышц гортани путем упражнений на staccato, с немедленным повторением на legato.

6. «Въезжание» в звук. Этот недостаток нарушает точную мелодическую линию. Стоит лишь активизировать момент возникновения звука путем усиления атаки звука, как цель будет достигнута.

7. Тусклое, вялое пение. Тихий голос не является недостатком в звукообразовании, но может быть связан со следующими причинами: а) отсутствует навык певческой опоры; б) не сформированы резонаторные

ощущения; в) вялая, несогласованная работа артикуляционного аппарата; г) пассивный тонус поющего.

Методы исправления:

- Формирование певческой опоры.
- Работа над формированием резонаторных ощущений.
- Развитие смешанного типа голосообразования.
- Активизация артикуляционного аппарата.

На первом этапе работы необходимо концентрировать внимание на «приближение звука», направляя его в твердое нёбо, к передним зубам. Хорошо использовать в упражнениях звонкие согласные. Так, согласные «Д», «З», «Л», «М», «Н» - приближают звук; «М», «Н» - усиливают резонирование носовой полости; «Р» - активизирует сокращение голосовых связок и работу дыхания.

Второй этап предусматривает воспитание резонаторных ощущений, способствующих смешанному характеру звукообразования. Звук сформированный в высокой позиции должен мягко опираться на грудной резонатор. Мышечно-слуховые ощущения хорошо нарабатываются в центре диапазона, а также при нисходящем движении из головного в грудной регистр. Грудной резонатор способствует формированию сочного, насыщенного звука, головной резонатор придает звуку яркость. «летучесть», блеск. Основной метод воспитания резонаторных ощущений – это последовательный подбор упражнений, способствующих закреплению певческих навыков и доведение их до автоматизма.

8. *Глубокое, «задавленное» (или как ещё называют вокальные педагоги «опрокинутое» звучание).*

Учащиеся, стремясь сформировать звук вокально, чрезмерно округляют его, в связи с чем он становится глубоким, задавленным.

Причины: а) из-за глубокого «зевка»; б) чрезмерно низкое положение гортани; в) высокое надсвязочное давление как следствие «перезакрытого» рта; г) в голосе отсутствует высокая певческая форманта.

Методы исправления:

- Формирование правильного певческого зевка.
- Формирование в голосе обертонов высокой певческой форманты.
- Активизация головного резонатора и близкого звукообразования.

Формированию близкого звучания способствуют рекомендации Л.Б.Дмитриева о классическом положении артикуляционных органов для гласной «А»: «губы в форме непринужденной улыбки, язык в виде «ложечки» с концом у края зубов, широкая мягкая глотка, поднятое мягкое нёбо». При таком положении после пропевания гласного «А», также «И», «Е» губы принимают округлую форму.

Первостепенная задача педагога – стремиться выявить естественный тембр учащегося.

9. *Плоский, «белый»* звук характеризуется пением. Напоминающим речевую манеру.

Причины: а) не активное мягкое нёбо; б) гортань в высоком положении; в) отсутствуют навыки смешанного резонирования.

Методы исправления:

-Формирование ротоглоточного рупора.

-Нахождение правильного положения гортани.

-Работа над резонаторными ощущениями.

Для исправления плоского, мелкого звука надо вырабатывать у певцов навык «зевка», посыла округленного звука в точку головного резонатора. При этом полезны упражнения на «прикрытые» гласные «У», «О», «А».

Эти гласные рекомендуют использовать для активизации вялого мягкого нёба, освобождения нижней челюсти, нахождения грудного резонирования. Согласные «К», «Г», активизирующие работу мягкого нёба, также могут помочь при исправлении плоского, «белого» звучания.

10. *Пестрое звучание гласных.* Главная причина – речевая манера пения и, как следствие, отсутствие единства в произношении гласных.

Единая манера пения предполагает формировать гласные «открытые» (а, я, э, е, и, ы) по образцу «прикрытых» способом округления. Поем «А» - маслим «О», поем «И» - мыслим «Ы» и т.д.

Методы исправления недостатка:

-Активизировать в звукообразовании мягкое нёбо.

-Использовать в упражнениях для выравнивания гласных следующие сочетания: а-и-е, и-э-а, у-о-а, а так же слоги «ДУ», «КУ», «ЛЁ», «ГНО».

Всевозможные вокальные трудности препятствуют быстрому достижению высоких и стабильных творческих результатов. Главным критерием устранения типичных недостатков, указанных в главе, является воспитание вокальных навыков, которые должны быть доведены до автоматизма. Это станет залогом красивого, хорошего звука, а значит и вокальных успехов учащегося, и его исполнительских достижений.

Мутация. В детском возрасте диапазоны голосов мальчиков и девочек почти не отличаются друг от друга. С наступлением периода полового созревания у мальчиков голос резко изменяется и в сравнительно короткий срок (около 1,5 года) превращается из детского в голос мужчины. Этот процесс носит название *мутации* (от латинского слова *mutatio* – перемена, изменение), или *перелома голоса*.

Физиологически эти изменения проявляются в росте гортани и в особенности её важнейшей части – голосовых связок. Данными физиологии и медицины установлено, что изменения происходящие в голосовом аппарате мальчиков, значительно больше, чем у девочек: у мальчиков голосовые связки очень удлиняются и утолщаются, гортань

увеличивается в полтора-два раза, а у девочек – на одну треть. При фарингоскопическом осмотре в этот период обнаруживается заметное покраснение и набухание голосовых связок. Края их часто бывают неровными.

Время наступления мутации колеблется в значительных пределах. В южных странах она начинается обычно раньше (в 10–12 лет), в северных – позже (14–15 лет). У девочек мутация наступает примерно на год раньше, чем у мальчиков. Изменение голоса сказывается в первую очередь на разговорной речи. У мальчика, говорящего фальцетным голосом, начинают появляться низкие грудные звуки. За время перелома голос у мальчиков понижается на целую октаву и даже больше, превращаясь из детского дисканта или альта в голос мужчины – тенор, баритон или бас. В этом периоде голос непостоянен, часто срывается, обнаруживая неожиданные переходы от низких звуков к высоким.

При пении в этот период появляется сипота, хрипота, покашливание – иногда настолько сильные, что они мешают фонации (звукоизвлечению). Иногда в это же время появляется неточность в интонации, которая в предыдущие годы у учащихся не наблюдалась.

Неустойчивость в пении проявляется иногда и в следующем: при исполнении песни в диапазоне детского звучания на отдельных звуках (чаще высоких) голос внезапно срывается на октаву вниз; или, напротив, исполняя песню в диапазоне мужского голоса, на отдельных звуках (чаще нижних) голос внезапно срывается вверх. Важны не только впечатления педагога от звучания голосов, зависящие от тонкости его вокального слуха, но и субъективные ощущения учащихся. Они часто жалуются в это время на неудобство, испытываемое во время пения, на быструю утомляемость при пении. Сопоставление слухового восприятия педагога и субъективных ощущений учащихся во время пения очень помогают определить переходное состояние голоса и остроту протекания мутации. А эти данные влекут за собою соответствующие методические выводы.

Учитывая все признаки, сопутствующие мутации у мальчиков, её можно разделить условно как бы на три периода: предмутационный, собственно мутационный и послемутационный.

Для предмутационного периода характерны лишь самые первые признаки физиологических изменений (начало роста гортани и её существенной части – голосовых связок, небольшая гиперемия, т.е. покраснение гортани), еще не отражающиеся (или почти не отражающиеся) на звучании детского голоса и на субъективных ощущениях поющего.

Собственно мутационный период характеризуется более или менее резкими физиологическими изменениями певческого аппарата (ясно выраженный рост гортани и связок, более резкая их гиперемия), заметным общим ростом организма, иногда появлением растительности на лице, а

также указанными ранее качествами звучания и субъективными неудобствами при пении (быстрая утомляемость). Именно в это время мальчики, обучающиеся пению, могут петь двумя разными голосами – то детским, то взрослым.

Для начала послемутационного периода характерно установление, хотя и очень ограниченного (примерно в пределах октавы: до малой – до первой) диапазона мужского голоса, слабого по звучанию и неопределенного тембра (характера баритона, 2-го тенора). Физиологически явления мутации в это время могут быть выражены в различной степени. К концу периода мутации все эти изменения исчезают и устанавливается нормальный мужской голос.

Относительное окончание мутационного периода, т.е. завершение роста гортани относится к более позднему возрасту (9 и особенно 10 класс) и характеризуется расширением диапазона голоса, появлением более или менее определенных тембровых качеств (тенор, бас).

Уже говорилось о том, что физиологические изменения, происходящие в голосовом органе мальчиков, более значительны, чем у девочек. Эта разница, пожалуй, наиболее очевидна при восприятии звучания их голосов на слух. Важнейшим признаком того, что голоса девочек не претерпевают таких изменений, как голоса мальчиков, является тот факт, что, несмотря на некоторый рост гортани и связок, голоса девочек, превращаясь в женские голоса, не изменяются по своей высоте; они лишь крепнут, приобретают более яркие тембровые качества, а их диапазон несколько расширяется вверх и вниз. Голоса же мальчиков в результате превращения в мужские не только принципиально изменяются по тембру, но – самое главное – понижаются на октаву. Это и дает основание говорить о переходном состоянии голоса, о чем, по-видимому, нельзя говорить по отношению к голосам девочек.

У девочек так же, как и у мальчиков, в период смены голоса обнаруживается покраснение голосовых связок. Переход от детского дисканта или альты к женскому сопрано или контральто сопровождается понижением голоса в среднем всего лишь на два тона. Период мутации протекает у девочек более гладко, чем у мальчиков, и обычно не вызывает заметных расстройств голосовой функции. Заниматься пением в период мутации не рекомендуется. Следует считать нецелесообразным в это время также и всякую дополнительную нагрузку на голосовой аппарат (участие в драматическом кружке, выступления на вечерах, концертах и т. п.).

Не следует, однако, все недостатки в звучании голосов девочек, которые могут встречаться в эти годы, связывать с возрастными особенностями: иногда интонационная неточность звучания связана с недостаточно развитым слухом; сипота в голосе, а часто и открытое, крикливое звучание нередко связаны с приобретенными в быту дурными певческими навыками. Индивидуальный подход к поющим в каждом

отдельном случае поможет педагогу выяснить причины дефектов звучания и принять соответствующее решение.

Мы остановились на том, что является характерным, типичным, для мальчиков мутационного возраста. Однако сама мутация зависит от целого ряда особенностей развития организма, и нередко мы встречаемся с различными отклонениями её от нормы.

При недоразвитии половых желез, а также при их искусственном удалении (кастрации) мутация не наступает, и голос сохраняет свой детский тембр на всю жизнь (голос евнухов).

Иногда наблюдается так называемая патологическая мутация, в виде преждевременной (в возрасте 10–11 лет) или поздней (в возрасте 19–20 лет) мутации. Такие отклонения от нормы бывают обычно при эндокринных нарушениях. В ряде случаев мутация, начавшись своевременно, тянется ненормально долго, годами; в этих случаях говорят о затянувшейся мутации. При лечении патологической мутации необходимо выяснить её причину. Если имеются эндокринные расстройства, необходимо провести соответствующее лечение. Большое значение имеет правильный речевой режим, экономное пользование голосом.

В отдельных случаях мы видим, что у мальчиков, не певших систематически в детские годы, мутация проходит сравнительно быстро и безболезненно, в то время как у некоторых мальчиков, певших систематически, мутация проходит долго и болезненно.

Для педагога такие факты не должны быть неожиданными. Но следует помнить, что они являются исключением и ни в какой мере не ставят под сомнение описанные нами выше характерные, типичные признаки протекания мутации.

Вопросы и задания

1. Перечислите существенные недостатки голосообразования.
2. Назовите причины фальшивого пения детей и расскажите о методах их устранения.
3. Раскройте смысл понятия «гнусавые, носовые и горловые» звуки. Методы устранения этих недостатков.
4. Охарактеризуйте период патологической мутации у подростков.
5. Охарактеризуйте три периода мутации у мальчиков.

5. МЕТОДИКА РАБОТЫ НАД ПРОСТЕЙШИМИ ПОПЕВКАМИ, ВОКАЛЬНЫМИ УПРАЖНЕНИЯМИ И ТЕМБРОМ ГОЛОСА

5.1. Работа над вокальными упражнениями

Применение вокальных упражнений при вокальной работе с детьми имеет свои особенности. Для детской психики характерна конкретность, образность мышления. Поэтому вокальные упражнения, мелодии которых исполняются на отдельные гласные или слоги лишены конкретного смыслового содержания (словесного текста) неинтересны и мало понятны детям. При работе с детьми (особенно в младших классах) рекомендуются фрагменты из различных вокальных произведений, чаще всего из народных и детских песен. Попевки должны иметь простой, ясный мелодический и ритмический рисунок, легко и быстро запоминаться, быть доступными и интересными детям по содержанию. При работе над вокальными упражнениями без словесного текста следует избегать пения только на гласные звуки.

Из-за большой вялости артикуляционного аппарата и часто встречающейся **атонии** (вялого смыкания) голосовых связок у детей, полезнее употреблять слоги с сонорными согласными (**м, н, л, р**), с взрывными (**д, т, б, п**) и с зубными (**з, к, г**), а также сольфеджирование.

С целью активизации мягкого нёба и борьбы с чрезмерно плоским, «белым» звучанием в упражнениях широко применяют слоги **-ку-, -гу-**. Для округления звука и собранного звучания рекомендуются слоги **ду, да, ле, лю**. Звонкому светлому звучанию способствуют слоги **ди, зи, ми, ли, ля**. При исполнении попевок надо следить за чётким снятием звука и за активным произношением согласного в конце слова при окончании фразы.

Особую ценность представляют попевки и обычные упражнения с нисходящим мелодическим рисунком. Они способствуют распространению высокого головного звучания на нижнюю половину диапазона, тем самым его выравнивают и помогают создать единорегистровое (**микстовое**) звукообразование, воспитывают важнейшее качество детского голоса: его звонкость и полётность.

1. Это упражнение необходимо петь на заданной высоте разных гласных **а, э, и, о, у**. Петь без напряжения, округлым, ровным звуком без толчков:



2. К гласным добавляются согласные, которые помогают активизировать работу артикуляционного аппарата. Нельзя допускать

утрированного, нарочитого произношения согласных. Упражнение поётся легко и бодро.

Ма - мэ - ми - мо - му Ра - рэ - ри - ро - ру

3. Упражнение для укрепления дыхания, развития кантилены, закрепления высокой вокальной позиции:

Ми-мэ-ма-мо, ми - мэ - ма - мо, му Ми-мэ-ма-мо, ми - мэ - ма - мо, му.

4. Для выработки лёгкости звучания, точности интонирования в быстром темпе можно рекомендовать следующие упражнения:

Ми-и-и-и-и-и-и ма - а - а Ми-и-и-и-и-и-и ма - а - а

Мо-о-о-о - о Мо-о-о-о - о Мо-о-о-о - о

5. Очень важным для развития вокальной техники и гармонического слуха является пение хроматических последовательностей в унисон, параллельными терциями (большими и малыми), трезвучиями (dur, moll, ув., ум.).

Лю - лю-лю - лю - лю - лю-лю - лю - лю лю - лю-лю - лю -

Лю - лю - лю - лю - лю - лю-лю - лю - лю

6. На таком музыкальном материале, как отрывки из мелодий из известных вокальных сочинений, удобно работать над укреплением дыхания, развитием ровности и силы звука, они дают также хороший эмоциональный настрой.

Ба - ю, бай, ба-ю-шки-бай, бай. Ба - ю, бай, ба-ю-шки-бай бай.

При-ле - те-ли две те - те-ри, по-кле - ва-ли, у - ле - те - ли

7. Освоение скачка мелодии на чистую квинту. Необходимо научить детей брать верхний звук «без подъезда» к нему, а сразу «сверху» интонируя заданный тон. Для этого необходимо на хорошем дыхании поработать отдельно над мелодическим ходом в медленном темпе:

Хо-дит Вась-ка се - ре-нький. Хвост у Вась - ки бе - лень - кий

8. Полезно пропевать различные скороговорки с употреблением различных словосочетаний, диминуэндо, меццо-пиано, два пиано:

Ба - ра-шень-ки, кру-то - ро-жень-ки, по го - рам хо-дят, по ле - сам бро-дят.

От то - по - та ко - пыт пыль по по-лю ле - тит

9. Упражнение способствует развитию мягкого нёба. Необходимо исполнять закрытым ртом с переходом на слоги ма, на:

Закрытым ртом

Ма - ма - ма - ма На - на - на - на

В практике необходимо употреблять постоянные упражнения, хорошо «впетые», удобные и знакомые по предварительной работе. Однако следует включать и незнакомые упражнения в зависимости от тех задач, которые стоят в данный момент перед учащимся.

5.2. Работа над тембром голоса

Тембр голоса – носитель основной информации о характере звучания. По тембру мы различаем типы голосов и узнаем певцов. Следовательно, в тембре голоса заключены общие и специфические признаки звучания. Они определяются главным образом обертоновым составом звука и соотношением его составляющих по энергии в спектре, что и создает определенную окраску голоса, его индивидуальные оттенки. Тембр каждого певца определяется преимущественно типом его голосового регистра, близкой певческой позицией (контролируемой способом резонирования) и качеством певческого вибрато. Певческое вибрато является свойством хорошо поставленного певческого голоса. Это выражается в вибрировании звука голоса, периодически меняющего свою окраску, силу и высоту. Тембр голоса с вибрато кажется тёплым, душевным, волнующим. Такие ощущения появляются у слушателей лишь в том случае, если частота вибрато около 6–7 колебаний в секунду.

Если детям младшего школьного возраста дать послушать отдельные звуки или какую-либо мелодию, исполненную певицей с вибрато и без него, то они способны достаточно адекватно охарактеризовать разницу в звучании голоса. О звуке с вибрато ребята обычно отзываются так: «Голос как бы переливается», «Звук ласкает, заманивает», «Голос струится, как дымок» и пр. У профессиональных певцов вибрато отличается большим разнообразием. При сильном эмоциональном возбуждении певческое вибрато обычно возрастает. Эмоции горя и подавленности вызывают уменьшение частоты вибрато. Вместе с тем меняется и его форма, что отражается на качестве тембра голоса певца.

Тембр голоса строго индивидуален и практически не поддается изменению. В результате тренировок можно снять некоторые недостатки (хрипоту, гнусавость, пискливость), но в целом тембр голоса составляет ту самую неповторимость, благодаря которой мы различаем голоса людей. Чем определяется тембр голоса, из чего складываются индивидуальные окраски? Это мелодика речи (высота тона, его вариантность в пределах диапазона), темп, сила, богатство интонаций и индивидуальные особенности артикуляции. Все эти качества тренируются с помощью специальных упражнений. Важнейшими профессиональными качествами голоса являются благозвучность, гибкость, полётность, суггестивность, выносливость.

Благозвучность голоса (чистота и ясность тембра), определяется природными данными человека. Тем не менее, существует возможность тренировки таких качеств голоса, как темп и высота (тон). Темп речи должен быть естественным, средним, но известную гибкость можно развить путем упражнений на замедление и ускорение своей речи (скороговорки).

Высота голоса в некоторой степени варьируется изменением регистра. Регистр у каждого человека индивидуален, но изменяя положение головы (поднимая и опуская), можно изменять и регистр звучания.

Гибкость голоса, т. е. подвижность, связанная с умением выбирать такие его характеристики, которые отвечают конкретным условиям общения. Это и изменение высоты голоса в пределах имеющегося диапазона и адаптивность, приспособляемость голоса к акустическим условиям, в которых приходится петь; и помехоустойчивость, т. е. умение преодолевать голосом звуковые помехи (посторонние шумы, разговоры и пр.).

Полётность – одно из необходимейших качеств голоса, которое обеспечивает нормальную слышимость на определенном расстоянии в аудитории. Полётность зависит от того, насколько правильно оценивается особенность акустики данной аудитории, чёткостью артикуляции и силой звука. Силу звука иногда смешивают с громкостью и

за счёт её пытаются достичь требуемой полётности голоса, или варьирование громкости зачастую является единственным проявлением гибкости. Громкостью (повышенной звучностью) голоса следует пользоваться очень осторожно.

Суггестивность – способность голосом воздействовать на слушателя, внушать ему свои эмоции. Суггестивность голоса зависит от тембра, а тренируется в процессе отработки выразительной стороны речи, в первую очередь, различных интонаций.

Выносливость голоса – способность выдерживать длительную нагрузку. Выносливость обеспечивается правильным речевым дыханием, четкостью артикуляции, качеством резонирования и соблюдением гигиены голосовых связок. Если предстоит длительное исполнение или говорение, следует в самом начале выбрать такую силу голоса, которая не приводит к перенапряжению голосовых связок.

Работа над тембром начинается с настройки голосов на облегчённое звучание в диапазоне их примарных тонов. По мере распевания и разогревания голосов тембровое звучание хора постепенно обогащается.

Одна из задач в работе над тембром – выравнивание звучания голосов на всём диапазоне за счёт сглаживания регистровых переходов. Для этого используются разные упражнения, однако, при соблюдении определённой последовательности в структуре их мелодики: сначала поступенные нисходящие и восходящие звукоряды, а затем нисходящие и восходящие скачки с дополнением и, наконец, арпеджио. Скачки расширяются постепенно.

Особую выразительность голосу придает интонация, посредством которой передаются чувства человека. Также на экспрессивность голоса влияет темп речи – скорость, с которой проговариваются слова. Не меняя обычного темпа речи (для русской речи это примерно 120 слов в минуту) можно несколько замедлять, растягивать звучание отдельных слов, что придает голосу особую эмоционально-образную выразительность.

Следует обратить внимание *на правила гигиены голоса*, которые также помогают сохранять работоспособность голоса.

1. После долгой голосовой нагрузки необходимо избегать разговоров 2–3 часа.

2. После голосовой нагрузки 20–30 минут оставаться в помещении, особенно в холодное время года.

3. Нельзя быстро ходить при холодной погоде, так как при этом в дыхательные пути попадает больше холодного воздуха.

4. Голосовой аппарат чувствителен к очень холодной, очень горячей, острой, сильно солёной пище, а также к алкоголю и курению.

5. Монотонная речь утомляет мышцы голосового аппарата, так как при такой речи функционирует только одна группа мышц.

Чем выразительнее и эмоциональнее пение или речь, тем здоровее голосовые связки.

6. Необходима ежедневная дыхательно-голосовая гимнастика от 20 до 30 минут.

7. Во время голосовой нагрузки необходимо делать паузы, для того чтобы сглатывать слюну для орошения голосовых связок или делать несколько глотков воды.

Итак, звуки голоса обладают разнообразными возможностями как физиологического, так и психологического воздействия на слушателя.

Закономерности эмоционального восприятия качества музыкальных звуков просматриваются в структуре вокальных композиций, определяют задачи вокального исполнения. Поэтому овладение богатой палитрой тембровых красок, широким звуковым диапазоном и разнообразной динамикой является не просто целью развития певческого голоса, а средством, расширяющим исполнительские возможности певцов, что позволяет им полнее выражать эмоциональное содержание вокального произведения.

В работе с детьми следует учитывать их возрастную особенность – склонность к образному мышлению. Поэтому в поисках определённого качества звучания голоса целесообразно опираться на зрительные ассоциации, осязательные и прочие ощущения.

5.3. Рекомендуемые упражнения для выработки профессиональных качеств голоса

1. Для улучшения звучности вашего голоса выполняйте следующие упражнения (проследите за правильностью своей осанки).

а) Закрытым ртом начинайте произносить звук [М]. Тяните звук, не напрягая мышц шеи и лица, рук и др. (при правильном выполнении упражнения вы ощутите вибрацию основных резонаторов (лоб, губы, твёрдое нёбо).

б) Попробуйте на одном выдохе, протягивая звук [М] произнести его в сочетании со всеми гласными: [А], [У], [И], [О], [Э], [Ы].

Затем произнесите гласные двумя звуками [М] [М]:

Мам, мум, мим, мом, мэм, мым.

Старайтесь произносить сочетания энергично, быстро, но без напряжения.

в) Завершите упражнение произношением фраз:

– Мам! Мёду нам!

– Не дам.

– Мам! Молока бы нам!

– Не дам.

– Мам! Ам-ам!

– А вот это дам.

Произносите фразы как одно слово и тяните сонорные звуки [М], [Н]. Затем попробуйте выполнить это упражнение в группе, произнося сонорные обычно.

2. Выработка навыка полётности голоса, выразительности.

Упражнение 1. Тренируйте полётность голоса, стремясь отдать звук, «послать» его вдаль, сохранив звучность (громкость), энергию выдоха.

Встаньте перед аудиторией и произнесите стихотворение шёпотом, обеспечивая хорошую слышимость за счет полётности голоса. Не забывайте о четкости артикуляции:

Мышонку шепчетмышь:

«Ты все шуршишь, не спишь?»

Мышонок шепчетмышь:

«Шуршать я буду тише».

Упражнение 2. Читайте стихотворение, постепенно снижая громкость (звучность голоса). Следите при этом, чтобы сохранялась полётность. Тяните ударные гласные. Необходимо обеспечить полётность голоса и с помощью интонационной выразительности.

Горные вершины

Спят во тьме ночной;

Тихие долины

Полны свежей мглой;

Не пылит дорога,

Не дрожат листья...

Подожди немного,

Отдохнешь и ты!

(М. Ю. Лермонтов. Из Гёте)

3. Тренируйте силу голоса, его громкость. Повышайте постепенно громкость, не переходя на крик, затем снижайте силу. Сохраняйте правильное дыхание, следите за чёткостью артикуляции и полётностью голоса.

Чуть выше средней громкости	Ветры, бури, ураганы, Дуйте, что есть мочи!
Громче	Вихри, вьюги и бураны, Разыграйтесь к ночи!
Очень громко	В облаках трубите громко,
Чуть тише	Вейтесь над землёю!
Еще чуть тише	Пусть бежит в полёт позёмка Белою порою!

4. Читайте тексты громко, тяните гласные, словно вы находитесь далеко в лесу, а эхо разносит ваш голос.

– Братцы, братцы! Я медведя поймал!

– Так веди его сюда!

– Да он не идет.

– Ну, так сам иди!

– Да он держит меня! Ай!

5. Для отработки силы и полётности голоса прочтите отрывок из стихотворения громко, на большое расстояние. Читайте на активном дыхании, чуть растягивая ударные гласные. Представьте, что вы зазываете покупателей, постарайтесь привлечь их внимание.

Продаю! Продаю! Продаю!
Поспешайте, господа хорошие!
Золотой товар продаю,
Чистый товар, не ношенный,
Не сквозной, не крашенный,—
Не запрашиваю!

(М. Цветаева)

6. Тяните гласные звуки на одной высоте, следя за дыханием.

Попробуйте изменять тон голоса: повышать, понижать.

7. Спойте знакомую песню, постоянно меняя тембр голоса: мечтательно, светло, радостно, ликующе, печально, удивляясь, скорбно, темно, светло, грустно.

Вопросы и задания

1. Какова роль вокальных упражнений в пении?
2. В чем заключается особенность простейших попевок, вокальных упражнений при вокальной работе с детьми?
3. Подготовьте и проведите фрагменты распевания с детьми на материале народных песен.
4. Охарактеризуйте понятие «тембр голоса».
5. Назовите важнейшие профессиональные качества голоса. Дайте им характеристику.
6. В чем заключается главная задача в работе над тембром?
7. Перечислите правила гигиены голоса.
8. Подберите упражнения для выработки профессиональных качеств голоса.
9. Подберите упражнения для выработки полетности голоса.
10. Подобрать простейшие попевки и вокальные упражнения:
 - а) для развития гибкости голоса;
 - б) для плавного, кантиленного звучания;
 - в) при вялой атаке звука.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В содержание обучения пению входят: 1) система основных специфических знаний и навыков; 2) опыт творческой деятельности учащихся; 3) опыт эмоционально-волевого отношения учащихся к миру, друг к другу, что является условием формирования у учащихся системы ценностей.

Совершенно ясно, что развитие певческого голоса учащегося может быть эффективным только на основе правильного пения, в процессе которого должны формироваться и правильные певческие навыки.

Следует отметить, что, определяя навык как действие, авторы методических работ нередко к числу основных певческих навыков, наряду с дикцией, дыханием и певческой установкой, относят и некоторые свойства певческого голоса – качество тембра и диапазон. Необходимо чётко разграничивать певческие навыки и свойства певческого голоса. Первые выступают как причина, а вторые – как следствие.

Основными свойствами певческого голоса являются:

- звуковой диапазон;
- динамический диапазон на различных участках звукового диапазона голоса;
- качество тембра: полнота резонирования звука, богатство обертонами, качество певческого vibrato, вокальная позиция, полётность и звонкость, плавность регистровых переходов, выравненность гласных, степень напряженности звучания голоса;
- качество дикции: разборчивость, осмысленность, грамотность произношения.

Свойства певческого голоса есть результат нескольких слагаемых, относящихся к объективным и субъективным особенностям, главные из которых – природные данные ученика; возрастные нормы протекания психических процессов; уровень развития основных навыков, обеспечивающих певческий процесс: слухового восприятия, умственных операций и вокального воспроизведения.

К основным вокальным навыкам можно отнести:

- звукообразование;
- певческое дыхание;
- артикуляция;
- слуховые навыки;
- навыки эмоциональной выразительности исполнения.

Звукообразование – целостный процесс, обусловленный в каждый данный момент способом взаимодействия дыхательных и артикуляционных органов с работой гортани. Звукообразование – это не только атака звука, т. е. момент его возникновения, но и последующее за ним звучание,

звукорисотная модуляция голоса. Умение правильно интонировать по внутрислуховому представлению является составной частью навыка звукообразования и также тесно связана с целенаправленным управлением регистровым звучанием. Последнее предопределяет и такое качество вокальной техники как подвижность голоса.

Понимание звукообразования как целостного процесса не исключает выделение навыков артикуляции и певческого дыхания, непосредственно участвующих в звукообразовании и обеспечивающих резонирование звука, качество дикции, способы звуковедения, ровность тембра, динамику и пр.

Навык артикуляции включает:

- отчетливое, фонетически определенное и грамотное произношение;
- умеренное округление фонем за счет пения на скрытом зевке;
- умение сохранять стабильное положение гортани при пении разных фонем, что является условием выравнивания гласных;
- нахождение близкой или высокой вокальной позиции;
- умение максимально растягивать гласные и очень коротко произносить согласные звуки в любом ритме и темпе.

Навык дыхания состоит из ряда элементов:

- певческая установка, обеспечивающая оптимальные условия для работы дыхательных органов;
- глубокий, но умеренный по объему вдох при помощи мышц живота и спины в области пояса;
- момент задержки дыхания, в течении которого фиксируется положение вдоха и готовится атака звука на заданной высоте;
- умение распределять дыхание на всю музыкальную фразу;
- регулирование подачи дыхания в связи с задачей постепенного усиления или ослабления звука и пр.

Уровень развития слуховых навыков у учащихся детерминирует их познавательный потенциал в процессе обучения, овладения системой знаний и навыков, обязательных для певческой деятельности, которая представляет собой систему взаимосвязанных певческих и слуховых навыков, опирающихся на музыкальную грамотность и на понимание учащимися доступных их восприятию музыкальных явлений.

К слуховым навыкам в пении следует отнести:

- слуховое внимание и самоконтроль;
- дифференцирование качественных сторон певческого звучания, в том числе и эмоциональной выразительности;
- вокально-слуховые представления о певческом звуке и способах его образования.

Навык выразительного исполнения отражает музыкально-эстетическое содержание и воспитательный смысл певческой

деятельности. Выразительность исполнения формируется на основе осмысления содержания музыкального произведения и его эмоционального переживания учащимися. Не у всех учащихся эта способность одинаково развита. Она определяется общим и специфически музыкальным развитием и, конечно, в первую очередь является результатом развития слуха во всех его проявлениях.

Итак, перечислим основные навыки, относящиеся к певческой деятельности:

- слуховые (восприятие и внутрислуховое представление);
- звукообразование включает дыхание и артикуляцию;
- эмоциональная выразительность исполнения.

Формирование навыков – это единый педагогический процесс. Они развиваются относительно одновременно, обуславливая друг друга. Существенными признаками этого процесса являются качественные изменения основных свойств певческого голоса ученика.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ И РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алиев, Ю.Б. Методика музыкального воспитания детей: От детского сада к начальной школе / Ю.Б. Алиев. – Воронеж: Центр МОДЭК, 1998. – 35 с.
2. Агин, М.С. Вопросы вокального образования: методические рекомендации для преподавателей вузов и средних специальных учебных заведений / редактор-составитель М.С. Агин. – М. – СПб, 2006. – 172 с.
3. Абдулин, Е.Б. Теория музыкального образования / Е.Б. Абдулин, Е.В. Николаева. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 336 с.
4. Антонюк, В.Г. Вокальная педагогика (сольное пение): учебник для студентов и преподавателей сольного пения / В.Г. Антонюк. – Киев: ЗАО «Випоп», 2007. – 173 с.
5. Браиловская, Л.Е. Некоторые принципы работы в классе постановки голоса / Л.Е. Браиловская. – Могилев: МГУ им. А.А. Кулешова, 2001. – 29 с.
6. Воспитание музыкой: из опыта работы / сост.Т.Е.Вендрова. И.В.Пигарева. – М.: Просвещение, 1991. – 205 с. – (Б-ка учителя музыки).
7. Дмитриев, Л.Б. Основы вокальной методики / Л.Б.Дмитриев. – М.: Музыка, 2000. – 268 с.
8. Дмитриева, Л.Г. Методика музыкального воспитания в школе: учеб./ Л.Г. Дмитриева, Н.М. Черноиваненко. – 3-е изд.,стер. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 240 с.
9. Зелинский, П.Е. Актуальные проблемы музыкальной педагогики: сб. докладов межвузовских научно-практических конференций / П.Е.Зелинский. – Таганрог: ТППИ, 1998. – 72 с.
10. Егоров, А. Гигиена голоса и его физиологические основы / А. Егоров. – М.: Гос. Муз. Изд., 1962. – 171 с.
11. Емельянов, В.В. Развитие голоса. Координация и тренинг / В.В.Емельянов. – 4-е изд., стер. – СПб.:ЛАНЬ, 2004. – 192с.: ил.
12. Кочнева, И. Вокальный словарь / И. Кочнева, А. Яковлева. – Л.: Музыка, 1988. – 69 с.
13. Краткий словарь терминов музыкального искусства / сост. Н.А.Леонюк. – Брест: БрГУ, 1998. – 45 с.
14. Музыка в системе общего музыкального образования: сб. науч. Статей /под ред. В.П. Рева. – Могилёв: МГУ им. А.А. Кулешова, 2004. – 112 с.
15. Музыкальное воспитание в школе: сб. статей: вып. 8 / сост. О.Апраксина. – М.: Музыка, 1972. – 124 с.
16. Музыкальное образование в школе: учеб. пособие /Л.В. Шкаляр [и др.]; под ред. Л.В. Школяр. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. –

17. Нейман, Л.В. Анатомия, физиология и патология органов слуха и речи: учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Л.В. Нейман, М.Р. Богомильский; под ред. В.И. Селиверстова. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. – 224 с.: ил.
18. Нижникова, А.Б. Работа с детским голосом: методические рекомендации / А.Б. Нижникова. – Минск, 1995. – 30 с.
19. Нижникова, А.Б. Вокальные упражнения в педагогической практике: учебно-методическое пособие / А.Б. Нижникова, Т.В. Сернова. – Минск, 2000. – 25 с.
20. Огороднов, Д. Музыкально-певческое воспитание детей в общеобразовательной школе: метод. пособие / Д. Огороднов. – 3-е изд. – Киев: Муз. Украина, 1989. – 165 с.: ил.
21. Русецкий, В.Ф. Культура речи учителя: практикум: учеб. пособие / В.Ф. Русецкий. – Минск: Універсітэцкае, 1999. – 239 с.
22. Сергеева, Г.П. Практикум по методике музыкального воспитания в начальной школе: учеб. пособие / Д. Огороднов. – Г.П. Сергеева. – 2-е изд., испр. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 128 с.
23. Стулова, Г.П. Дидактические основы обучения пению: учеб. пособие / Г.П. Стулова. – М.: МГПИ им. В.И. Ленина, 1988. – 69 с.
24. Шацкая, В.Н. Развитие детского голоса / В.Н. Шацкая // Материалы научной конференции по вопросам вокально-хорового воспитания детей, подростков и молодежи, 26–30 марта 1991. – М., 1991. – 342 с.
25. Юссон, Р. Певческий голос: исследование основных физиологических и акустических представлений певческого голоса / Рауль Юссон. – М.: Музыка, 1974. – 262 с.
26. Яхнина, Е.З. Методика музыкально-ритмических занятий с детьми, имеющими нарушения слуха: учеб. пособие для студентов высших учебных заведений / Е.З. Яхнина; под ред. Б.П. Пузанова. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. – 272 с.

