Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования

 «Детская школа искусств» с. Инзер

 Белорецкий район муниципального района

Республики Башкортостан

Методическая разработка

на тему:

«**Основы вокального исполнительства**

**в формировании певческого голоса»**

 Инзер 2018 г

 СОДЕРЖАНИЕ

Введение

Основные составляющие правильного исполнения.

1. Дыхание - основа вокального исполнительства.

2. Звукообразование.

3. Артикуляционный аппарат – как часть голосового аппарата, формирующая звуки речи.

3.1.Гортань.

3.2. Смыкание связок.

4. Дикция.

 Заключение

 Список используемой литературы

**Введение.**

*Певческий голос - это замок, строившийся в воздухе.*

*Воображение – архитектор этого замка.*

*Нервы осуществляют задуманное.*

*Мускулы – рабочие.*

*Душа его исцеляет.*

*Франческо Ламперти.*

 На протяжении многих веков искусство вокала развивалось и совершенствовалось.

 Голос служит только инструментом, само же искусство обучения пению гораздо сложнее одного звуковедения. Оно рисует образы, отражает эмоциональные состояния. В пении участвует не только звук, но и осмысленное слово. Вокал рассматривается как технологический процесс художественного пения. Как всякий специалист вооружен знаниями и определенными приемами, так вокалист должен владеть вокальной техникой, то есть свободно управлять своим голосом.

 Умение петь – это навык, вырабатываемый многократным повторением действий приводящих к положительному результату, по - этому овладение вокальными навыками требует постоянных, методичных тренировок.

 Посредством занятий по вокалу можно передать целую гамму чувств и настроений. Пение способно выразительно и ярко отразить явления действительности. Воздействуя на учащихся художественными образами, оно обогащает их умение глубоко и эмоционально воспринимать окружающее, расширяет их жизненный опыт, а также оказывает «+» влияние на нравственное воспитание детей.

 Как правило, занятия по вокалу в основном направлены на формирование художественной и общей культуры учащихся, на расширение репертуара, начиная с первого года обучения. Но самое главное данное обучение поможет воспитаннику осознать и развить свой потенциал в ходе занятий по постановке голоса.

**Цель:**

 - улучшение качества вокального звучания по средствам

поэтапной работы над постановкой голоса.

 **Задачи:**

- обеспечение знаний о строении и работе голосового

аппарата;

- создание условия для сознательного подхода к занятиям;

- стремление к выработке бережного отношения к своему голосу и

голосовому аппарату учащихся;

- повышение уровня самооценки, стремление к творческой реализации себя.

**Основные составляющие правильного исполнения.**

 Одной из главных целей работы преподавателя является создание среды и условий для сбережения здоровья детей и подростков в процессе обучения вокалу. Соблюдения всех основных правил в процессе работы над постановкой голоса, способствует быстрому и результативному достижению поставленных перед обучающимся целей.

 Основные составляющие правильного исполнения - это звукообразование, певческое дыхание, артикуляция, дикция и эмоциональная выразительность исполнения.

**1. Дыхание – как основа вокального исполнительства.**

 Дыхание в пении имеет исключительное большое значение – это источник энергии для возникновения звука. Основными задачами правильного певческого дыхания являются: экономное расходование дыхания (воздуха, набранного при вдохе), создание необходимого для нормальной работы голосовых складок давления в подскладочном пространстве, плавный выдох.

 Дыхание является энергетическим источником голоса. Не зря итальянцы всегда говорят: «Как вдохнёшь, так и запоёшь». Певческий вдох сопровождается активной работой мышц-вдыхателей. Существует нижнерёберное диафрагмальное и диафрагмальное дыхание. Верхнерёберное дыхание почти не используется в процессе пения, т.к. у многих певцов приводит к напряжению мышц шеи. Для процесса пения важен не столько тип дыхания, сколько характер и процесс выдоха. Выдох должен быть плавным, организованным, без напряжения. Выдох происходит при работе мышц брюшного пресса, рёбер и диафрагмы.

 Сила и длительность дыхания могут развиться при помощи упражнений без звуков. В этом случае дыхательные мышцы активизируются. Также характер вдоха, его длительность и объём напрямую зависит от музыкальных фраз и задач, стоящих перед исполнителем. Вдох берётся быстро, бесшумно, через нос или нос и рот одновременно. Грудь и плечи при вдохе должны быть спокойными. Перебор воздуха может сильно помешать певцу, поэтому мера вдоха определяется до ощущения полноты.

В быстрых произведениях дыхание берём носом и ртом одновременно.

Носовое дыхание нормализует работу органов дыхания, а также голосового и

артикуляционного аппарата.

 Дыхательные упражнения способствуют развитию физической выносливости, а также ведущих качеств певческого голосообразования: яркости звука, силы и гибкости голоса, длительности звучания, широты диапазона.

***- Упражнений для дыхания*.**

 Существует ряд упражнений для развития определённых навыков дыхания во время пения:

1. упражнения для наработки навыков дыхания через нос:

 а) поглаживаем нос снизу-вверх указательными пальцами, делаем вдох, похлопывая пальцами по ноздрям-выдох.

 б) широко раздув ноздри, вздохнуть. На выдохе снимаем напряжение с мускулатуры. В)На выдохе протяжно тянуть звук «М» или «Н» или постукивать кончиками пальцев одновременно по обеим ноздрям.

 2) упражнения на осознание и работу мышц, участвующих в певческом

дыхании:

 а) руки на нижних рёбрах, большие пальцы назад. Наклон

туловища вперёд-выдох, при одновременном нажиме руками на рёбра. Локти

вперёд. Выпрямляясь, развести локти в стороны, а рёбра раздвинуть и

сделать вдох.

 б) встать прямо, правая рука на диафрагме, левая на рёбрах так,

чтобы большой палец руки уходил под лопатку, а остальные пальцы как бы

«обнимали» рёбра. Сделать легко и быстро вдох через нос. Левая рука

ощущает расширение рёбер сбоку и в области спины, а правой-представляем

движение диафрагмы вниз. Выдох свободный, равномерный.

 в) встать прямо. Пятки вместе, носки развёрнуты, спина и голова прямые.

Поднимаемся на носки-вдох. Позвоночник вытягиваем за руками вверх.

Выдох: при приседании; при наклоне вниз с расслаблением всех мышц.

 г) вдох носом, руки на рёбрах. Наполниться дыханием, далее спокойный,

ровный выдох на «С», «Ф», «Ш». Мысленно считаем такты в размере 4/4.

Доводим распределение дыхания до четырёх тактов и т.д.

1. **Звукообразование.**

Звукообразование - целостный процесс, в котором взаимодействуют дыхательные и артикуляционные органы с работой гортани. Звукообразование - это не только «атака» звука, т. е. момент его возникновения, но и последующее за ним звучание. Одним из основных требований при выработке навыка у детей певческого звукообразования является воспитание напевного, протяжного звучания голоса. С первых занятий следует добиваться естественного, ненапряженного, легкого и светлого звучания – полетности – очень важном свойстве голоса. Многие физические свойства детских голосов (сила, ровность звучания), в том числе полетность и звонкость, зависят от эмоционального состояния ребенка.

 Важнейшей вокальной основой для развития полетности и звонкости голосов является воспитание свободного и непринужденного звукообразования и дыхания, исключение форсированного пения, зажатости гортани и напряжения лицевых и дыхательных мышц. Умение правильно интонировать является составной частью навыка звукообразования и тесно связано с целенаправленным управлением регистровым звучанием, которое предопределяет такое качество вокальной техники, как подвижность голоса.

3. **Артикуляционный аппарат – как часть голосового аппарата, формирующая звуки речи.**

 Артикуляция – это деятельность речевых органов, связанных с произнесением звуков речи и различных их компонентов, составляющих слоги, слова.

 Особое значение для артикуляции имеют органы ротовой полости и сама ротовая полость.

Ротовая полость (щеки, губы, зубы, язык, челюсти, небо), глотка, гортань-всё это и есть артикуляционный аппарат. Одно из главных условий благоприятной работы артикуляционного аппарата является его активность и естественность. Работа этих органов, направленная на создание звуков речи - называется артикуляцией. Это тоже далеко не последний этап в процессе звукоизвлечения.

 Нередко, у вокалистов встречаются проблемы с артикуляционным

аппаратом. Чаще всего эта проблема связана с зажатой нижней

челюстью.

***- Упражнений для артикуляционного аппарата.***

 Существует целый ряд упражнений, способствующих

освобождению зажатых мышц артикуляционного аппарата, что в свою

очередь благоприятно сказывается на характере звукоизвлечения и

естественных ощущений певца:

а) Внимательно рассмотрим анатомию своего рта. Посмотрим в

зеркало. Лицо спокойное. Обратите внимание на естественную

форму губ. Теперь попробуйте их активизировать: собрать их в

трубочку, поднять верхнюю губу, открыть верхние зубы. Откройте

рот. Посмотрите, какая у него красивая форма, как спокойно в

нижней челюсти лежит язык. У корня языка рассмотрите свод,

маленький язычок, попробуйте его подобрать, освободив глотку.

Попробуйте сделать зевок, почувствовать мягкое небо, ведь от

верхних зубов идет твердое небо, а затем мягкое, подвижное небо и

маленький язычок.

б) упражнение для активизации языка. Пошевелите языком из

стороны в сторону, вперед, назад, вправо, влево, круговые движения

в обе стороны. Высуньте кончик языка и быстро перемещайте его из

угла в угол рта.

в) постарайтесь как бы «заглянуть» в полость рта. Естественное

положение языка, который спокойно лежит в нижней челюсти, его

кончик касается внутренней поверхности нижних зубов. Корень

языка спокоен, опущен, поэтому и гортань свободная.

***3.1. Гортань.***  Гортань должна быть стабильной. Что это значит? Это

значит, все мышцы шеи не зажаты, расслаблены. При пении задирание вверх гортань не должна быть. Такое состояние, задирание гортани (кадыка) наверх, часто происходит у начинающих исполнителей, особенно на высоких нотах. При пении надо внимательно следить за движениям гортани. Если

она поднимется, то неправильно. Для того, чтобы избавиться от этой проблемы, нужно научиться петь на опоре. Несмотря на то, что верное положение гортани при пении является важным критерием для

лёгкого и свободного звукоизвлечения, постоянно думать о ней во

время пения совершенно нет необходимости. Когда голос на опоре, а также найдено правильное положение при пении - проблема с задиранием гортани решится сама собой. А если все время следить за гортанью, то можно получить себе только зажимы и далеко не самые приятные ощущения во время фонации.

***- Упражнений для расслабления гортани.***

 Существует ряд упражнений для освобождения и расслабления гортани:

а) зевок - очень простое и, в то же время, действенное упражнение. Просто изобразите зевок перед пением или во время пения, и почувствуете, как напряжение в гортани спадает.

 б) мычание: с закрытым ртом пропевайте звук "М" на любой удобной для

вас высоте. Гортань при этом расслаблена, не пытайтесь ее опустить

или поднять. При таком расслабленном «мычании» может

появиться щекотание в носу и в области передних зубов и верхней

губы - так и должно быть: это означает, что резонаторы работают активно.

3) Пойте так, как говорите. Чтобы не напрягать гортань при пении, попробуйте петь как бы в разговорной манере, при этом растягивая гласные звуки.

* 1. ***Смыкание связок****.*

Как правило, наши связки «ленивые»…Тема смыкания связок очень объемная и, конечно, ей необходимо уделить особое внимание.

а) Высокие ноты и голосовые связки.

Голосовые связки эластичны, поэтому могут удлиняться и

становиться тоньше на высоких нотах. Это процесс вполне

естественный.

 Размер голосовых связок прямым образом влияет на высоту голоса. На высоких нотах связки тонкие, длинные. На

низких- укорачиваются.

В звукообразовании непосредственно участвуют мышцы гортани. Они

натягивают или ослабляют связки, меняя высоту звука.

б) Фальцет и субтон.

Существует отрезок диапазона, называемый фальцетом (на высоких

нотах) и субтоном (на низких нотах).

Такой тип смыкания происходит в тех случаях, когда уже не могу

растягиваться и начинают смыкаться неплотно. В процессе

звукоизвлечения между связками образуется щель и выходит много

воздуха. Таким образом процесс пения происходит на «предыхании».

 **4.Дикция.**

Дикция (греч.) - произношение. Основная задача достижения хорошей дикции в вокале — это полноценное усвоение содержания исполняемого произведения. Мелодия в песне неразрывно связана с текстом. Между тем, в хоровом исполнении очень часто невозможно разобрать слова. Такое пение нельзя считать художественным. Четкое произношение слов является непременным условием хорошего пения.

 Основное правило дикции в пении — быстрое и четкое формирование согласных и максимальная протяженность гласных. Это обеспечивается, прежде всего, активной работой мускулатуры артикуляционного аппарата, главным образом щечных и губных мышц, а также кончика языка. Как и всякие мышцы, их нужно тренировать в процессе специальных упражнений. Укорочение произношения согласных и быстрая смена их гласными требуют мгновенной перестройки артикуляционных органов. Поэтому особенно важна полная свобода в движениях языка, губ, нижней челюсти и мягкого нёба. Для достижения четкости дикции особое внимание следует уделить работе над развитием подвижности кончика языка, после чего и весь язык делается более гибким. Также необходимо работать над эластичностью и подвижностью нижней челюсти.

**Заключение:**

 Главное, что требуется от вокалиста - это научиться контролировать работу мышц и органов, чтобы подготовить их к процессу пения. Благодаря

упражнениям складывается динамический стереотип, систематическое

поддержание, которого позволяет добиться желаемого эффекта с наименьшей затратой труда и времени.

 Психофизиология указывает нам, что процесс голосообразования

представляет собой чрезвычайно сложный мышечный механизм. Нужно

учитывать, что координированная работа мышц, резонаторов, дыхательной

системы идёт по принципу автоматизированных движений из отделов ЦНС.

«Воспитывать» голос - значит выявить все лучшие качества, свойственные

голосу данного человека, прививание соответствующих качеств до того

момента, пока голос не приобретёт необходимых профессиональных умений

и навыков.

**Список использованной литературы:**

1. Гонтаренко Н. Б. Уроки сольного пения: вокальная практика/

Н.Б.Гонтаренко.-Изд. 2-е.- Ростов н/Д: Феникс, 2015.

2. Виноградов К.П. Работа над дикцией в хоре.- М., Музыка, 1967.

3. Емельянов В.В. Развитие голоса. Координация и тренаж.- СПб., Лань, 1997.

4.Черняева И., Базаров А. Актёрское мастерство для жизни и сцены/

Белгород «Везелица» 2011