

Методическая разработка

**«12 упражнений для развития
дикции на уроках хора в первом
классе»**

Педагог МАУДО «Детская школа искусств» им. С. В. Рахманинова

Повидыш Наталья Михайловна

ВСТУПЛЕНИЕ

Голосовой аппарат - это сложный орган, к которому нужно бережно относиться.

В 1-ом классе на уроках хора должна проводиться большая работа по развитию артикуляционного аппарата. Мнение, что артикуляционная гимнастика нужна только детям, с неправильным произношением, ошибочно. В младшем возрасте у детей мышцы речевого аппарата развиты не очень хорошо. При большой речевой нагрузке мышцы устают, понижается работоспособность, ребёнок становится вялым, неусидчивым. Современному школьнику и любому образованному человеку необходимо иметь красиво поставленный голос. Это качество придаёт ребёнку уверенность, он становится активнее, любознательнее, общительнее. Быстрее и легче адаптируется в обществе.

Для чётко поставленной речи, для приобретения красивой окраски голоса, для пения нужны сильные органы речи - язык, губы, нёбо. А также хорошая осанка. В первом классе на уроках хора очень полезно петь скороговорки. Скороговорки – это весёлые, полезные и любимые детьми упражнения. Пение скороговорок хорошо развивает гибкость языка и губ. Интенсивное произношение звуков – это хорошая вокал терапия для внутренних органов. В следствии чего повышается работоспособность ребёнка.

«Не допускайте того, чтобы через ваши речевые недостатки собеседники нарисовали ложную картину ваших способностей. Заставьте вашу речь работать на вас»

Фрэнк Снелл

Упражнение №1: «Массаж голосовых связок»

Каждый урок нужно начинать с массажа голосовых связок. Пение согласной «р» способствует внутреннему массажу всего певческого аппарата.

The musical score consists of five staves, each containing a four-measure phrase. The notes and dynamics are as follows:

- Staff 1: Measures 1-4. Notes: G4, A4, B4, C5, G4. Dynamics: p, p, p, p, pppp.
- Staff 2: Measures 5-8. Notes: G4, A4, B4, C5, G4. Dynamics: p, p, p, p, pppp.
- Staff 3: Measures 9-12. Notes: G4, A4, B4, C5, G4. Dynamics: p, p, p, p, pppp.
- Staff 4: Measures 13-16. Notes: G4, A4, B4, C5, G4. Dynamics: p, p, p, p, pppp.
- Staff 5: Measures 17-20. Notes: G4, A4, B4, C5, G4. Dynamics: p, p, p, p, pppp.

Упражнение активизирует кончик языка и развивает его мускулатуру. При исполнении такого упражнения исправляются недостатки артикуляционного аппарата, певческий аппарат начинает резонировать, улучшается кровообращение. Голос, в свою очередь становится звонким.

Упражнение №2: «Мажор и минор»

Это гаммообразное упражнение способствует выравниванию внутренних краёв голосовых связок у детей. Края голосовых связок у детей редко бывают ровными и тонкими, большей частью они набухлые и неровные. При пении звукорядов они «оттачиваются», становятся ровными.

Упражнение имеет переменный лад, поэтому не только благотворно влияет на связки, оно воспитывает чувство лада и развивает музыкальный слух.

МАЖОР

все мы дружно встали в ряд получили звукоряд

5

не стой мажорный радостный задорный

МИНОР

мы минорный звукоряд грустных звуков длинный ряд

9

13

песню грустную поём и сейчас мы зареем

Упражнение №3: «Мы поём-хорошо поём»

ЛЁ - ЛЁ - ЛЁ ЛЁ-ЛЁ-ЛЁ-ЛЁ-ЛЁ МЫ ПО - ЁМ ХО-РО-ШО-ПО-ЁМ

5
ЛЁ - ЛЁ - ЛЁ ЛЁ-ЛЁ-ЛЁ-ЛЁ-ЛЁ МЫ ПО - ЁМ ХО-РО-ШО ПО-ЁМ

9
ЛЁ - ЛЁ - ЛЁ ЛЁ-ЛЁ-ЛЁ-ЛЁ-ЛЁ МЫ ПО - ЁМ ХО-РО-ШО-ПО-ЁМ

13
ЛЁ - ЛЁ - ЛЁ - ЛЁ-ЛЁ-ЛЁ-ЛЁ-ЛЁ МЫ ПО - ЁМ ХО-РО-ШО ПО-ЁМ

17
ЛЁ - ЛЁ - ЛЁ ЛЁ-ЛЁ-ЛЁ-ЛЁ-ЛЁ МЫ ПО - ЁМ ХО-РО-ШО ПО-ЁМ

Слог «лѐ» наводит на ощущение зевка, округляет звук. Пение на слог «лѐ» вырабатывает мягкую атаку звука. Во время пения упражнения активизируется кончик языка, мышцы его становятся гибкими и свободными. Пение на слог «лѐ» помогает освободиться от зажатости мышц челюсти.

Упражнение №4: Музыкальная скороговорка

При пении скороговорки следит за ощущением зевка. Слова произносить губами и кончиком языка. Вдох брать один раз на паузе.

На дворе трава, на траве дрова

Музыкальная скороговорка «На дворе трава, на траве дрова» представлена на нотном стане в 4/4 такте. Музыка состоит из 8 тактов, сгруппированных в четыре строки по два такта в каждой. Под нотами указаны слова, соответствующие ритму мелодии.

НАДВО-РЕ ТРА - ВА, НА ТРА-ВЕ ДРО - ВА, РАЗ ДРО-ВА, ДВА ДРО-ВА,
ТРИ ДРО - ВА, ДРО - ВА ВДОЛЬ ДВО - РА, ДРО - ВА ВШИРЬ ДВО -
РА НЕ ВМЕ-СТИТ ДВОР ДРОВ, НА - ДО ДРО - ВА
ВЫ-ДВО-РИТЬ, НА - ДО ДРО-ВА ВЫ-ДВО-РИТЬ СО ДВО-РА ОБ - РАТ-НО

Согласный «д» формирует твёрдую атаку звука.

Упражнение способствует значительному напору дыхательной струи, от чего голос набирает силу.

Активизируется кончик языка, верхнее нёбо и губы.

Гаммообразное упражнение на одном дыхании сглаживает переходные ноты, голос становится ровнее.

Упражнение №5: «Лошадка»

Упражнение выполняется стоя. Исходное положение – руки на поясе, стоя на 2-х ногах, опора в пятки.

Цокаем язычком на гласны «И», «Э», «А», «О», «У».

Во время пения слоги «да» на сильную долю «мягко кидаем в конец зала».

Чередуем пение на слоги «да, ди» с цоканьем кончиком языка на ряд гласных «И», «Э», «А», «О», «У».

ЦОКАЕМ НА РЯД ГЛАСНЫХ

да, да,ди,да, да,ди, да, да, ди, да, ди, да, ди, да и,и э,э а,а о,о у,у у,у у,у у,у, у,у

ЦОКАЕМ НА РЯД ГЛАСНЫХ

да, да,ди,да, да,ди, да, да, ди, да, ди, да, ди, да и,и э,э а,а о,о у,у у,у у,у у,у, у,у

ЦОКАЕМ НА РЯД ГЛАСНЫХ

да, да,ди,да, да,ди, да, да, ди, да, ди, да, ди, да и,и э,э, а,а о,о у,у у,у у,у у,у, у,у

Артикуляционная гимнастика для языка активизирует его мышцы.

Согласная «д» формирует твёрдую атаку звука. При пении слога «да» ротоглоточный канал принимает наиболее правильную форму. Слог «ди» помогает бороться с осиплостью голоса. Усиливается звонкость голоса. Раскрепощается аппарат.

Упражнение №6: Музыкальная скороговорка

Упражнение выполняется стоя на двух ногах, ладони кладём на грудную клетку, круговыми движениями плеч раскрепощаем плечевой пояс. Перед пением делаем глубокий вдох носом, грудная клетка расширяется (как жабры у рыбки), плечи во время вдоха не поднимать, вдох только вначале, во время пения между слов не дышим.

Итак, вдох, задержка дыхания на секунду и поём скороговорку, следя за чётким произношением слов. Заставляем активно работать губы и язык.

гра - чи - ха го - во - рит гра - чу: "Сле - тай чгра - ча - та - ми кВра - чу, при -

4
вив - ки сде - лать им по - ра для у - креп - ле - ни - я пе - ра"

Во время пения упражнения активизируется кончик языка и губы. Вырабатывается правильное дыхание. Пение согласной «г» значительно сокращает мышцы мягкого нёба, и оно при этом хорошо поднимается.

Упражнение №7: «Трррррра - ля-ля»

Упражнение выполняется стоя на двух ногах, руки на поясе. На первую долю поётся звук на фермату, на согласную «р». Фермата выполняется по руке учителя. Учащиеся не знают сколько длится фермата, учитель в тоже время может продлевать её умышленно как можно дольше и каждый раз менять длину ферматы. (такой метод «игры» вносит оживление на занятии, у учащихся повышается настроение и интерес).

тррррррра-ля - ля, тррррррра-ля - ля, тррррррра-ля - ля - ля - ля - ля - ля

тррррррра-ля - ля, тррррррра-ля - ля, тррррррра-ля - ля - ля - ля - ля - ля

тррррррра-ля - ля, тррррррра-ля - ля, тррррррра-ля - ля - ля - ля - ля - ля

Активное произношение «р» усиливает сокращение мышечных стенок ротоглотки, превращая её в резонатор, от чего усиливается звонкость голоса. «Р» образуется при большом сопротивлении артикуляционных органов (язык, верхнее нёбо), поэтому это упражнение служит средством стимуляции дыхания и голосовых связок. Слог «ля» и согласная «р» активизирует мышцы кончика языка.

Упражнение №8: Музыкальная скороговорка

Упражнение выполняется стоя на двух ногах, руки на поясе.

"Ехал Грека"

The image shows two staves of musical notation for the tongue twister "Ехал Грека". The first staff is in 4/4 time, starting with a treble clef and a key signature of one flat (B-flat). The melody consists of quarter notes and eighth notes. The lyrics are: е - хал Гре - ка че - рез ре - ку ви - дит Гре - ка вре - ке рак. The second staff starts with a measure rest (3) and continues the melody in the same key signature. The lyrics are: су - нул Гре - ка вре - ку ру - ку рак за ру - ку Гре - ка цап.

е - хал Гре - ка че - рез ре - ку ви - дит Гре - ка вре - ке рак

су - нул Гре - ка вре - ку ру - ку рак за ру - ку Гре - ка цап

При произнесении «гр» поднимается мягкое нёбо. Слоги «гре», «ре» стимулируют голосовые складки. Переменный лад упражнения способствует развитию слуха, выравнивается интонация. Мажор можно петь на форте, а минор на пиано. Необходимо акцентировать внимание учащихся на то, что при пении на пиано губы и кончик языка должны работать активнее.

Пение скороговорки влияет на развитие дикции - активизируется мягкое нёбо, верхнее нёбо, кончик языка и губы.

Упражнение №9: «Отряды звукоряды»

Самое нужное и полезное упражнение для всех голосов – это пение звукорядов. При пении звукорядов **связки выравниваются, вытягиваются, что способствует расширению диапазона.** Звукоряды поём от всех нот (от «до», «ре», «ми», «фа», «соль», «ля», «си»), ключевые знаки при этом не называем. Во время пения на каждую долю поочерёдно ударяем ладонями о колени. При пении звукорядов таким образом весь аппарат раскрепощается, что способствует развитию дыхания, активизируют деятельность мозга, развивается чувство ритма, координация, тренируется внимание. Выполняется такое упражнение в течении 1, 2-х месяцев.

"ОТЯДЫ - ЗВУКОРЯДЫ"

1 до, ре, ми, фа, соль, ля, си, до, до, си, ля, соль, фа, ми, ре, до

5 преподаватель играет звукоряд До# мажора, ученики поют звукоряд, называя ноты от "РЕ"
ре, ми, фа, соль, ля, си, до, ре, ре, до, си, ля, соль, фа, ми, ре

9 преподаватель играет звукоряд Ре мажора, ученики поют звукоряд, называя ноты от "МИ"
ми, фа, соль, ля, си, до, ре, ми, ми, ре, до, си, ля, соль, фа, ми

13 преподаватель играет звукоряд Миb мажора, ученики поют звукоряд, называя нот от "ФА"
фа, соль, ля, си, до, ре, ми, фа, фа, ми, ре, до, си, ля, соль, фа

17 преподаватель играет звукоряд Ми мажора, ученики поют звукоряд, называя ноты от "СОЛЬ"
соль, ля, си, до, ре, ми, фа, соль, соль, фа, ми, ре, до, си, ля, соль

21 преподаватель играет звукоряд Фа мажора, ученики поют звукоряд, называя ноты от "ЛЯ"
ля, си, до, ре, ми, фа, соль, ля, ля, соль, фа, ми, ре, до, си, ля

25 преподаватель играет звукоряд Соль b мажора, ученики поют звукоряд, называя ноты от "СИ"
си до, ре, ми, фа, соль, дя, си, си, ля, соль, фа, ми, ре, до, си

Упражнение №10: «Два ежа»

Скороговорка поётся на одном дыхании. Перед пением берётся короткий вдох в диафрагму. Чтобы следить за этим, при пении руки находятся на поясе. Чередуем пение со словами и пение на слог «ви». Всё время следим, чтобы губы и язык работали активно. Во время пения на слог «ВИ» не теряем ощущение зевка. Скороговорку поём в разных темпах.

"Два ежа"

встре - тил вча - ще ёж е - жа: "как по - год - ка ёж?" - "све - жа"

и пош - ли до - мой дро - жа, скор - чась, съё - жась два е - жа

Активизируются губы, язык, мягкое нёбо. Развивается дыхание, тренируется быстрый, бесшумный вдох.

Подобранная мелодия для скороговорки способствует развитию подвижности голоса.

Упражнение №11: Скороговорка

Перед пением необходимо выполнить дыхательное упражнение (дышим как «собачки»: быстро, коротко, с открытым ртом, следим за работой мышц брюшной полости, руки при этом на поясе). Упражнение выполняется стоя на двух ногах, руки на поясе. По команде преподавателя ученик делает быстрый, короткий, бесшумный вдох и начинает петь выученную скороговорку.

"Уж бежал"

уж бе - жал кри - вой до - рож - кой, не од - ной не то - пал нож - ей,
он бы топ - нул, да не мог, по - то - му что был без ног

Тренируется певческое дыхание, а именно короткий вдох ртом. Это упражнение развивает не только мышцы артикуляционного аппарата, но и способствует расширению диапазона голоса. Активизируется мягкое нёбо, губы и голосовые складки. Работают мышцы щёк.

Упражнение №12: Скороговорка

Скороговорка поётся стоя на двух ногах, сопровождается хлопками на каждую долю.

"Сорок сорок"



Пение с ритмичными хлопками раскрепощает весь аппарат, что способствует развитию дыхания, развивается чувство ритма, координация, тренируется внимание.

Примечание: все предложенные упражнения поются под сопровождение фортепиано по 5-7 раз от разных нот. Такой приём помогает в расширении детского диапазона.

Заключение:

Пение-это такой вид музыкального искусства, в котором музыка органически связана со словом. В возрасте 7-10 лет у ребенка еще не сформирован голосовой аппарат – тонкие связки, малоподвижное нёбо, слабое, поверхностное дыхание. Поэтому подобранные упражнения для развития голоса должны выполняться под контролем педагога, не формально. Педагог должен чётко понимать для чего выполняется предложенное упражнение.

В образовании звука принимают участие ротовая полость с языком, мягкое нёбо, нижняя челюсть, гортань – это **артикуляционный аппарат**. Руководитель хора должен всё время заботиться о развитии гибкости и подвижности артикуляционного аппарата поющих. Развивая дикцию, необходимо использовать упражнения и на гласные, и на согласные звуки. Но в возрасте 7-8 лет большее внимание уделяется согласным звукам. Активное произношение согласных вызывает усиленное сокращение мышечных стенок ротоглотки, превращая её в резонатор, отчего увеличивается звонкость гласных в пении. Вот почему более чёткое произношение согласных делает голос ярче и звонче. Согласные «д», «р», «б» активизируют также и дыхательную функцию. Упражнения должны выполняться стоя на двух ногах с опорой в пятках, плечи развёрнуты, спина прямая. Голову не опускать и не запрокидывать. Учащийся должен смотреть прямо и свободно, шею не зажимать. При правильной певческой постановке голосу легче развиваться, приобретать силу, полётность и приятный тембр. Певческая установка является необходимым условием для развития голосового аппарата.

При пении нельзя ни сидеть, ни стоять расслабленно; необходимо сохранять ощущение постоянной внутренней и внешней подтянутости. Ребятам необходимо разъяснять, что неверная певческая установка ведет к быстрой

утомляемости голоса и организма в целом. Руководитель должен постоянно наблюдать за выполнением правил певческой установки.

Всё это положительно влияет на здоровье учащихся, мобилизует их нервную систему. Ребёнок приобретает уверенность, которая помогает ему адаптироваться в обществе.

Развитию дикции и голоса у детей нужно уделять не меньше внимания, чем каким-то другим образовательным аспектам. Это важно, потому что вся наша жизнь, по сути, построена на звуковом взаимодействии с другими людьми, и от того, как люди будут воспринимать голос вашего ребёнка и понимать его речь, зависит очень многое.