**МИНИСТЕРСТВО КУЛЬТУРЫ ХЕРСОНСКОЙ ОБЛАСТИ**

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ**

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ КУЛЬТУРЫ**

**«ХЕРСОНСКОЕ ОБЛАСТНОЕ УЧИЛИЩЕ КУЛЬТУРЫ И**

**ИСКУССТВ»**

***МЕТОДИЧЕСКАЯ РАБОТА НА ТЕМУ:***

*«Специфика развития певческого голоса у детей в возрасте от 4 до 12 лет»*

Преподавателя Алексеевой Т.В.

«Рассмотрено»

на заседании ПЦК специальности

\_\_музыкально – вокальных дисциплин\_\_\_

Протокол № 3 от 16 мая 2025 г.

Зав. ПЦК  Дышлова Е.А.

(подпись) (ФИО)

Херсон 2025 г.

Содержание.

Введение.

Глава I. Воспитательное значение пения в жизни детей. Основные этапы развития певческого голоса у детей дошкольного, младшего и среднего школьного возраста. Методика развития основных певческих навыков данных возрастных групп.

1.1.Воспитательное значение пения в жизни детей.

1.2.Основные этапы развития певческого голоса у детей дошкольного, младшего и среднего школьного возраста.

1.3. Охрана детского голоса.

Глава II. Методика воспитания основных певческих навыков в работе с детьми младшего и среднего школьного возраста.

2.1.Певческая установка-как важный организационный момент.

2.2.Певческое дыхание и его роль в процессе обучения детей вокальному искусству.

2.2.Атака звука. Виды атаки. Специфика применения на уроках вокала у детей младшего и среднего школьного возраста.

2.3. Артикуляция и дикция-важнейшие элементы вокальной техники.

2.4. Роль вокально-интонационных упражнений в развитии певческого голоса детей.

Заключение.

Список использованных источников.

Введение.

1.1. Исполнение песни воздействует на слушателя слиянием музыки и слова, и конечно позволяет не только выразить свои чувства и эмоции, а также вызвать у слушателей эмоциональный отклик на исполняемое произведение. В этом его особая доступность для детского восприятия. Выразительные интонации человеческого голоса, которые сопровождаются мимикой, безусловно привлекают внимание даже самых юных слушателей.

Совсем в раннем возрасте дети реагируют на песню, ещё даже не понимая до конца её содержания. А мере развития речи и мышления, также усложняются переживания ребёнка, и соответственно возрастает интерес к пению как к процессу. Особенное чувство радости вызывает у детей общение во время коллективного исполнения песен. Ученикам младшего школьного возраста, очень свойственна потребность выражать свои настроения с помощью голоса.

Голос ребёнка – естественный, природный инструмент. Поэтому пение всё время присутствует в жизни детей. Пением также сопровождается различные виды деятельности: танцы, игра на детских музыкальных инструментах.

Пение – это основное средство музыкального воспитания. Оно наиболее близко и доступно детям. Дети любя петь, при исполнении песен, они глубоко воспринимают музыку и активно выражают свои чувства и переживания.

Песня – яркая и образная форма представления об окружающей действительности. Исполнение песни вызывает у ребёнка положительное отношение ко всему прекрасному и доброму, убеждает его сильнее, чем полученная другим путём информация. Процесс обучения пению требует от детей большой активности и умственного напряжения. Ребёнок учится сравнивать своё пение с пением других, прислушиваться к исполняемой мелодии на фортепиано, сопоставлять различный характер музыкальных фраз, предложений, оценивать качество исполнения. Пение благотворно влияет на детский организм, помогает развитию речи, углублению дыхания, укреплению голосового аппарата. Также,в процессе обучения пению, особенно активно развиваются музыкальные способности детей: эмоциональная отзывчивость, музыкальный слух и чувство ритма.

1.2. Основные этапы развития певческого голоса у детей дошкольного, младшего и среднего школьного возраста.

Пение – психофизиологический процесс, связанный с работой жизненно важных систем.Поэтому важно, чтобы голосообразование было правильно организовано,а ребенок мог петь легко и с удовольствием. Из всего выше сказанного, можно сделать вывод, что, необходимо досконально знать и понимать все возрастные особенности развития певческого голоса детей.

Поговорим об основные тенденциях его развития.

Третий и четвертый год жизни.

Голосовые связки детей почти не сформированы, и голосовая мышца совсем не развита. Голосовые связки ребенка в два с половиной раза меньше чем у взрослого. Звук, образовывающийся в гортани пока еще очень слабый, но он усиливается с помощью верхних головных резонаторов (лоб, голова, нос), грудной резонатор (трахея и бронхи) пока еще развит очень слабо. Голос ребенка 3-4 лет несильный, дыхание слабое, поверхностное. Поэтому песенный репертуар должен отличаться доступностью по тексту, певческому диапазону (ми-си), простотой мелодии без резких скачков, содержать короткие музыкальные фазы, удобные для дыхания ребенка. К четырем годам дети могут самостоятельно, при незначительной помощи взрослого, спеть маленькую песенку. Задачи: -учить петь естественным голосом, без напряжения, протяжно; -внятно произносить слова, понимая их смысл, правильно произносить гласные и согласные в конце и середине слов; -правильно передавать мелодию в диапазоне ми-си, петь м помощью педагога, с музыкальным сопровождением и без него; -формировать коллективное пение, учить одновременно начинать и заканчивать песню; не отставать и не опережать друг друга, петь дружно, слаженно. Следует уделять внимание звукообразованию: петь естественным, высоким светлым звуком, без напряжения и крика. Крикливое пение искажает тембр голоса, отрицательно сказывается на интонировании, гибельно отражается на голосовых связках. Учить детей хорошо открывать рот, стараясь привить навык плавного пения. Связь между вокальными и речевыми способностями. Если разговаривает звонким голосом, то и в пении высокое звучание. Важно, чтобы ребёнок услышал свой голос и почувствовал свой голос, тогда он постепенно начнёт петь естественным голосом. В процессе музыкально-слухового восприятия большую роль играет зрительная наглядность. В этом возрасте у детей повышается чувствительность, возможность более точного различения свойств предметов и явлений, в том числе и музыкальных. Отмечаются также индивидуальные различия в слуховой чувствительности. Например, некоторые малыши могут точно воспроизвести несложную мелодию. Этот период развития характеризуется стремлением к самостоятельности. Происходит переход от ситуативной, речи к связанной, от наглядно-действенного мышления к наглядно-образному, заметно укрепляется мышечно-двигательный аппарат. У ребенка появляется желание заниматься музыкой, активно действовать.

Пятый-шестой год жизни.

Совершенствование процессов высшей нервной деятельности положительно влияют на формирование его голосового аппарата по-прежнему отличается хрупкостью, ранимостью. Гортань с голосовыми связками пока еще недостаточно развиты. Связки короткие, звук очень слабый. Но он усиливается резонаторами. Грудной (низкий) развит слабее, чем головной. Поэтому голос у детей 5-6 лет не громкий, но звонкий. Следует избегать форсирования звука, во время которого у детей развивается низкое, несвойственное им звучание. Дети этого возраста поют уже в более широком диапазоне (ре1-до2). Низкие звуки звучат более напряженно, поэтому в работе надо использовать песни написанные в удобной тесситуре. Примарными звуками являются (ми, фа первой октавы). Именно в этом диапазоне звучание наиболее легкое и естественное.

Основные задачи: учить петь детей выразительно, без напряжения, плавно, легким звуком в диапазоне ре-до2, брать дыхание перед началом песни, между музыкальными фразами, произносить отчетливо слова, своевременно начинать и заканчивать песню, продолжать учить правильно передавать мелодию при нюансах mf, p. К концу года различать звуки по длительности и высоте в пределах квинты, слышать движение мелодии вверх и вниз.

Шестой и седьмой год жизни. Это период подготовки детей к школе. На основе полученных знаний и впечатлений о музыке дети могут не только ответить на вопрос, но и самостоятельно охарактеризовать музыкальное произведение, разобраться в его выразительных средствах, почувствовать разнообразные оттенки настроения, переданные музыкой. Ребёнок способен к целостному восприятию музыкального образа, что очень важно и для воспитания эстетического отношения к окружающему. Но означает ли это, что аналитическая деятельность может нанести вред целостному восприятию? Исследования, проведённые в области сенсорных способностей и музыкального восприятия детей, показали интересную закономерность. Целостное восприятие музыки не снижается, если ставится задача вслушиваться, выделять, различать наиболее яркие средства «музыкального языка». Ребенок может выделить эти средства и, учитывая их, действовать в соответствии с определенным образом при слушании музыки, исполнении песен и танцевальных движений. Это способствует музыкально-слуховому развитию. В вокальной работе с детьми этого возраста, следует учитывать, как психологические, так и физиологические особенности развития ребёнка. Голосовые мышцы у детей ещё не совсем сформировались. Певческое звукообразование происходит за счет натяжения краёв связок, поэтому громкое и надрывное пение следует исключить. Форсированное пение искажает тембр голоса, отрицательно влияет на выразительность исполнения. Учим петь естественным и светлым звуком. И только в этом случае у них разовьётся правильные вокальные навыки, и в голосе появится напевность, он станет крепким и звонким. У детей этого возраста увеличивается объём легких, дыхание становится более глубоким, это позволит использовать в работе произведения с более длинными музыкальными фразами.

У детей этого возраста уже расширяется диапазон. Большинство могут правильно интонировать мелодию в пределах ре-си первой октавы, а целенаправленная систематическая работа позволяет расширить диапазон детей до ре второй октавы. Основные задачи:

- петь выразительно в динамических оттенках, в пределах до1-ре2.

- уметь брать дыхание перед началом песни и между музыкальными фразами. - самостоятельно начинать и заканчивать песню.

-петь сольно и коллективно.

-продолжать развивать мелодический, тембровый, динамический, и звуковысотный слух.

- развивать стремление самостоятельно исполнять песни.

Пение - сложный процесс звукообразования, в котором очень важна координация слуха и голоса, т.е. взаимодействие певческой интонации, слухового, мышечного ощущения. Отмечая, что человек не просто переживает, вспоминая музыкальное звучание, но и всегда пропевает эти звуки «про себя», используя мышечное напряжение.

Русский физиолог И.М. Сеченов подчеркивает инстинктивную звукоподражательность, свойственную ребенку: «Выясненный в сознании звук или ряд звуков служит для ребенка меркой, к которой он подкладывает свои собственные звуки и как будто не успокаивается до тех пор, пока мерка и ее подобие не станут тождественны». Дети подражают речевой и певческой интонации взрослых людей, пытаются воспроизвести звуки, издаваемые домашними животными, птицами. При этом слух контролирует правильность звукоподражания. Исследования взаимосвязи слуха и голоса ведутся многими учеными. Доктор Е.И. Алмазов, изучающий природу детского голоса, подчеркивает особое значение развитого слуха для правильной вокальной интонации. Слух совершенствуется, если обучение поставлено правильно. В младших группах детского сада внимание ребят привлекается к точному воспроизведению мелодии: петь простые, маленькие попевки, песенки, построенные на двух-трех нотах. Примером всегда служит выразительное, правильное пение педагога и звучание хорошо настроенного инструмента. Ребенок слушает, затем поет вместе со взрослым, как бы «подстраиваясь» к вокальной интонации. Постепенно вырабатывается устойчивость слухового внимания и впоследствии развивается ладовысотный слух. В старшем дошкольном возрасте дети знакомятся с некоторыми первоначальными звуковысотными и ритмическими понятиями, которые складываются в ходе постоянных упражнений, развивающих мелодический слух, определяют движение мелодии вверх-вниз, сравнивают звуки различной высоты, длительности, поют интервалы, попевки. Слух ребенка все время контролирует правильность звучания. Таким образом, координация слуха и голоса - важнейшее условие развития певческих способностей детей.

1.3.Охрана детского певческого голоса.

Охрана детского голоса была и есть главным вопросом. В дошкольном возрасте певческий аппарат ребенка анатомически и функционально только начинает складываться (связки тонкие, нёбо малоподвижное, дыхание слабое, поверхностное) и укрепляется вместе с общим развитием организма и созреванием так называемой вокальной мышцы.Певческое звучание ввиду неполного смыкания голосовых связок и колебания только их краев характеризуется легкостью, недостаточной звонкостью и требует к себе бережного отношения. Поэтому, организуя певческую деятельность детей дошкольного возраста, музыкальный руководитель должен уделять большое внимание задачам охраны детского голоса. Детям вредит громкое пение, крик, шёпот, горячие и холодные напитки, пение на холодном воздухе. Занятия по вокалу следует проводить в проветренных, не душных помещениях. Нежелательно заниматься с детьми в раннее время, когда голос ещё «спит», или поздно вечером, когда наступает время детского биологического сна. При заболеваниях голосового аппарата занятия проводить не рекомендуется, т.к. можно навредить здоровью ребёнка. Заботясь о формировании певческого голоса ребёнка, необходимо оберегать его от распространённой в последнее время эстрадной манеры пения, которая требует наличия определённых певческих навыков, громкого, форсированного звучания, которых пока ещё нет у дошкольников в силу их возрастных особенностей. Охрана детского голоса предусматривает правильно поставленное обучение пению. Этому во многом содействует продуманный подбор музыкального материала, репертуар, должен соответствовать певческим возрастным возможностям детей. Правильному выбору репертуара помогает изучение диапазона звучания детского голоса. Диапазон-это объем звуков, который определяется расстоянием от самого высокого до самого низкого звука, в пределах которого хорошо звучит голос. Во время обучения дошкольников пению следует стремиться систематически его укреплять, чтобы большинство детей могли свободно владеть своим голосом. Наряду с этим важно создать благоприятную «звуковую атмосферу», способствующую охране голоса и слуха ребенка. Необходимо: следить, чтобы дети пели без напряжения, не подражая излишне громкому пению взрослых. Следить за тем, чтобы в повседневной жизни дети не кричали, не визжали, что плохо влияет на состояние их голоса; добиваться нормального, естественного тона в разговоре в любых условиях. Беречь голос ребёнка от ненужного перенапряжения (не петь долго, не просить петь громко, не повторять бесцельно песню.) Не предлагать детям много песен для исполнения на занятиях (не более 2-3),а на праздниках (не более 4-5).

Не петь на улице при температуре воздуха ниже +18С и влажности выше 40-60%. Правильное звучание детских голосов соответствует таким понятиям, как звонкое и лёгкое по тембру, негромкое (умеренное по силе, нефорсированное), ровное по формированию гласных на разных участках диапазона, в близкой вокальной позиции. В процессе пения участвуют различные группы мышц (лица, шеи, дыхательных органов), если эти мышцы длительно подвергать правильной голосовой тренировке, то движения могут стать автоматическими, т.е. устойчивыми навыками, формирующими правильное звукообразование.

Глава 2. Методика воспитания основных певческих навыков в работе с детьми младшего и среднего школьного возраста.

2.1.Певческая установка (позиция).

Звукообразование является тем физиологическим процессом, которому подчиняются все действия голосообразовательной системы. Певец должен знать эти закономерности и на личном опыте ощутить певческий процесс. Главное условие пения это внутренняя полная физическая свобода исполнителя. Она достигается естественной своего рода гордой позицией певца: ровный и свободный корпус, расправленные плечи, ровное положение головы, ноги с опорой на пятки, спокойно опущенные вдоль туловища руки. Мышцы лица спокойны, без напряжения. Идеальным положением певца является положение стоя. Необходимо добиваться того, чтобы во время пения исполнитель не забрасывал голову и не гримасничал. Его действия должны быть естественны и органичны. В начальный период обучения певец при помощи педагога должен закрепить в сознании нервно-мышечные ощущения: наиболее оптимальное и удобное положение ротоглоточной полости и всего голосообразующего аппарата при подготовке к пению. В этом положении мягкое нёбо поднимается, открывает путь в головному резонатору т.е. к высокой позиции звука, что придаст голосу блеск и полётность. Корень языка прижимается вниз, при этом увеличивается пространство ротоглоточного рупора. Гортань при этом автоматически опускается. Язык подается вперед, упираясь в нижние зубы, нижняя челюсть (вместе с языком) выдвигается вперед и опускается вниз, открывая рот. Диафрагма опускается, растягивая стенки живота. При этом возникает ощущение давления (опоры) на живот, который заметно выпячивается вперед. Таким образом, певческая установка дает исходный импульс правильному звукообразованию и должна быть доведено до автоматизма в процессе пения.

2.2.Вокальное дыхание.

Вокальное дыхание.- это тип дыхания характерный вокалистам во время пения. Певческое дыхание отличается от обычного методом вдоха. В жизни мы дышим грудью, а в вокале низом живота (диафрагмой). Такое дыхание позволяет сделать вдох намного глубже и набрать как можно больше воздуха. В свою очередь вокальную опору можно охарактеризовать как своеобразное ощущение вокалиста при правильном дыхании во время пения. Создается чувство опоры звука на нижнюю часть живота, при этом, чем выше поём, тем сильнее эти ощущения.

Как поставить вокальное дыхание.

Первостепенно предусматривается постановка правильного вокального дыхания. Если вы решили заняться пением, то конечно, вам следует начать с дыхания. В процессе постановки вокального дыхания нет ничего сложного. Для того чтобы почувствовать, как же работает диафрагмальное (певческое) дыхание - попробуйте просто прилечь и расслабить все мышцы, затем положите руки на живот и просто начните дышать. Вы заметите то, как начал работать ваш живот. Это и есть диафрагмальное дыхание. Попробуйте уловить эти ощущения и повторите их стоя. Далее вам следует пройти небольшой комплекс упражнений на закрепление этих ощущений. В комплекс этих упражнений будут входить медленные, динамические, ритмичные, интервальные вдохи и выдохи, смена положений во время вдоха и выдоха. Это все поможет глубоко прочувствовать вокальное дыхание и укрепить навык его использования.

Второй этап, которому следует уделить особое внимание и большую часть времени - это направление воздушного потока. Тут вы должны быть особо внимательны и понимать, что правильно вдыхать - это мало. Очень важно петь направляя воздух в резонаторы.

После того когда вы укрепите навыки вокального дыхания и работу резонаторов при пении у ученика появится певческая свобода. Именно тут он с легкостью сможет дозировать воздушный поток переходя от легкого пения в миксте в мощную твердую атаку. Если ребенок решил профессионально заняться вокалом, следует начинать именно с дыхания. Комплекс упражнений поможет почувствовать диафрагмальное дыхание, которое станет исключительной основой для дальнейшего развития. Это очень важная тема, к ней нужно возвращаться вновь и вновь. Поэтому я вновь переработала материалы, которые у меня есть по теме дыхания. И сегодня мы более подробно поговорим о певческом дыхании, так как дыхание влияет на качество интонации, звуковедения, атаку и красоту звука.

О ПЕВЧЕСКОМ ДЫХАНИИ.

Певческое дыхание — процесс, происходящий осознанно. Певческое дыхание отличается от жизненного выдохом, его большей продолжительностью. У женщин во время дыхания больше работают мышцы грудной клетки, а у мужчин – мышцы брюшного пресса. Поэтому мужское дыхание более глубокое, чем женское дыхание. Эти различия легли в основу деления дыхания на типы. Общеизвестна оздоровительная роль певческого дыхания. Дыхательные упражнения, используемые вокалистами, увеличивают объем легких, лучше обогащают организм кислородом. Во время дыхательных упражнений происходит естественный массаж внутренних органов.

ТИПЫ ПЕВЧЕСКОГО ДЫХАНИЯ. Нужно сказать, что четкости в определении типов дыхания нет. В одних учебниках дыхание разделяется на четыре типа:1 —ключичное,2 —грудное или реберное,3 —брюшное,4 — грудобрюшное или смешанное.

А есть разделение на три типа:

1 – грудное (ключичное рассматривается как разновидность грудного типа)

2 – смешанное, или грудобрюшное

3 – брюшное, или диафрагмальное

Рассмотрим некоторые типы дыхания.

Ключичное дыхание (клавикулярное)

При этом типе дыхания активно участвуют мышцы верхнего отдела грудной клетки, плечевого пояса и шеи. Такое дыхание поверхностное, движение гортани ограничено и поэтому голосообразование затруднено, мышцы шеи напряжены.

При вдохе воздух заполняет только верхушки легких, а плечи поднимаются.

Это не естественное дыхание, в быту ключичное дыхание наблюдается во время болезни, например, при высокой температуре; при заболевании дыхательных органов, во время бега.

Такой тип вокального дыхания неверный и вредный для пения, он распространен у начинающих вокалистов.

Чтобы избегать пения с применением ключичного дыхания, нужно во время вдоха мысленно оттягивать плечи вниз.

Грудное дыхание

При грудном дыхании (или реберном)

расширяются верхние ребра и легкие заполняются воздухом. Грудное дыхание больше свойственно женщинам. Грудным дыханием пользуются при исполнении звуков в высокой тесситуре, пассажей, трелей, рулад.

Брюшное дыхание.

При брюшном дыхании активизируется диафрагма, что дало дыханию другое название — диафрагмальное дыхание.

Благодаря усиленной работе брюшного пресса в процессе диафрагмального дыхания, легкие — не только верхняя часть, но и нижняя, в полной мере заполняются воздухом. Отличия дыхания мужского у женского: мужчинам свойственно низкое дыхание, ближе к брюшному, а у женщин дыхание выше и приближается к грудному типу дыхания.

Смешанное дыхание.

Смешанное дыхание еще называют грудобрюшное, нижнереберное диафрагмальное, косто-абдоминальное. Поток воздуха при вдохе проходит путь сквозь носоглотку, трахею, бронхи и достигает легких. При этом происходит увеличение легких в объеме. Нижние ребра расходятся в стороны, а диафрагма отжимается книзу. Поэтому это дыхание так и называется – нижнереберное диафрагмальное.

Диафрагма.

Диафрагма – перегородка из мышц, отделяющая грудной отдел от брюшного. Диафрагма поддерживает органы грудной клетки, которые имеют определенную тяжесть и давят на органы брюшной полости. Диафрагма напоминает собой форму купола. Когда легкие при вдохе наполняются воздухом, диафрагма под напором воздуха отжимается книзу. Ученикам можно объяснить процесс дыхания следующим образом. Наши легкие состоят из альвеол. Это маленькие пузырьки. Можно представить их в виде воздушных шариков. При выдохе эти шарики сдуваются, и грудная клетка опускается. Когда мы вдыхаем, альвеолы наполняются воздухом, как воздушные шарики. Шарики расправляются, увеличиваются в объеме, и грудная клетка приподнимается и тоже увеличивается в объеме. При этом нижние ребра расходятся в стороны, а диафрагма-перегородка опускается за счет увеличения в объеме легких.

Польза смешанного дыхания. Смешанное дыхание — самый лучший тип дыхания для пения, так как он – естественный и присущ для речевого дыхания, им мы пользуемся в жизни. Этот тип не вызывает перенапряжения мышц, полностью наполняет легкие воздухом, а значит, и обогащает легкие кислородом.

Смешанный тип дыхания полезен и для здоровья, и для обучения пению, так как при этом дыхании проще всего организовать певческий аппарат, получить достаточное количество воздуха и затем экономно его расходовать. Следует сказать, что отдельных, изолированных типов дыхания в пении нет. Вокалисты, и взрослые, и дети, в основном, пользуются смешанным типом дыхания, с преобладанием когда-то грудного, а когда-то брюшного типа. А значит, в дыхании участвуют все участки дыхательного аппарата.Есть прямая связь между дыханием и качеством звука. Например, надрывный, неровный звук указывает на неправильность певческого дыхания. Отсутствие опоры в пении – вялое дыхание, форсированное пение – вдох шумный с перебором количества воздуха. Поэтому, не так важен выбор типа дыхания, а выработка свободного дыхания и свобода мышечных движений, которые обеспечат координацию всех составляющих голосового аппарата.

ФАЗЫ ПЕВЧЕСКОГО ДЫХАНИЯ.

Дыхание состоит из двух компонентов: вдоха и выдоха, и, как было сказано выше о дыхании, вдох и выдох приблизительно одинаков по времени. Дыхание – процесс естественный, происходящий без нашего сознания, мы не замечаем, как дышим. А дышим мы спокойно, бесшумно, равномерно. В пении вдох и выдох тоже играют большую роль. Отличается певческое дыхание от обычного (речевого) третьей фазой – задержкой дыхания. То есть певческое дыхание составляют: вдох, задержка дыхания, выдох.

Вдох.

Певческий вдох немного продолжительнее, чем жизненный. Нужно добиваться выработки быстрого и активного певческого вдоха. Скорость вдоха зависит от темпа произведения. Вредно брать лишнее дыхание, от которого приходится во время пения освобождаться. Вдох можно брать носом, можно – ртом. Но постоянно дышать при пении носом некомфортно, тем более, если в произведении быстрый темп.

Если постоянно брать вдох ртом, происходит осушение задней стенки носоглотки и начинается першение. Лучше комбинировать и пользоваться смешанным вдохом – когда-то носом, когда-то ртом.

При этом нужно стремиться к бесшумному вдоху.

Нужно помнить:

— низкий регистр и продолжительная фраза требуют более глубокого дыхания

— в произведениях спокойных, медленных вдох должен быть более глубокий, в быстрых произведениях – вдох короткий и энергичный

Отработке вдоха нужно уделять серьезное внимание.

Задержка дыхания

Отличие певческого дыхания от жизненного — наличие задержки дыхания между вдохом и выдохом.

При помощи задержки дыхания происходит активизация певческого и дыхательного аппарата.

У учащихся часто отсутствует фаза задержки дыхания, и необходимо с помощью дыхательных упражнений работать над устранением этого дефекта.

Требования к выдоху:

— максимальная продолжительность

— ровность, отсутствие толчков

— экономность выдоха

У неопытных детей вокалистов выдох короткий. При выдохе следует помнить, что ребра, которые разошлись в стороны при взятии дыхания, возвращаются в исходное положение постепенно, плавно, то есть сохранять при выдохе состояние вдыхательной установки.

Естественное, правильное певческое дыхание способствует пению на опоре. «Опертый звук» воспринимается на слух как возникающее сопротивление при сужении при пении входа в гортань. При пении на опоре звук красивый, объемный и сильный. Нужно научить учащихся петь на опоре, то есть петь, экономно расходуя дыхание и активно смыкать голосовые связки.

Вот такие правила певческого дыхания.

Помните: в голосе ценится тембр, объемность, полетность и звонкость,а также активная подача звука. Добиться этих качеств нельзя без последовательной и упорной работы над выработкой певческого дыхания.

Комплекс упражнений, используемый для развития певческого дыхания и оздоровления детей на начальном этапе обучения

Накопленный педагогический и практический опыт ведущих специалистов в этой области, и личный опыт в том числе, позволяет взглянуть на пение, как на процесс, имеющий лечебно - оздоровительный эффект.

Пение - один из самых доступных видов творчества. Однако, несмотря на это, процесс постановки голоса достаточно сложный и требует определенной системы.

Итальянские мастера bel canto придавали огромное значение работе над певческим дыханием, считая его основой пения. Итальянский педагог Ф. Ламперти говорил: «Школа пения есть школа дыхания», а замечательному певцу Э. Карузо принадлежат следующие слова: «На умении набрать достаточно воздуха и умении правильно и экономно использовать зиждется все искусство пения». Необходимость владения правильным певческим дыханием и применение его при пении, а также использование здоровье сберегающих технологий, считаю необходимым и обязательным в своей работе.

Данную проблему считаю актуальной. В первую очередь мы должны научить детей правильно дышать. Ведь дыхание - это основа в пении.

Чем чаще мы поем, тем увереннее себя чувствуем, и избавляемся от стресса. Воздействие музыкой влияет не только на центральную нервную систему, но и на функции других жизненно важных систем, поэтому я всегда говорю всем детям, да и взрослым тоже, пойте на здоровье песни, одни, или в хоре. Даже если вы никогда не пели, или у вас нет слуха, и вы не знаете нужного тона и частоту, положительный результат всегда будет! В конце концов, улучшится настроение, отступит грусть, снимется напряжение, появится желание жить творчески и радостно. Звук обладает мистическими свойствами. Он может приобретать физическую форму и контуры, которые способны воздействовать на наше здоровье, сознание и поведение. Звуки музыки оказывают воздействие на клетки, ткани и органы человеческого тела. Вибрирующий звук создает образы и энергетические резонансные поля, которые вызывают движение в окружающем пространстве. Мы поглощаем эту энергию, и она воздействует на наш организм».

Голос человека – это уникальное явление. Не существует двух абсолютно одинаковых голосов - несмотря на сходство анатомического строения и механизма образования звука.

Природный тембр, который и придает голосу индивидуальность, с одной стороны принадлежит только данному человеку, а с другой, в результате наследственности, является связующей нитью между разными поколениями одной семьи. Вместе с тем, голосовой аппарат – наиболее тонкая и хрупкая система человеческого организма. Каждому человеку присущ определенный тип дыхания. В зависимости от того, какие из дыхательных мышц задействованы во время вдоха и выдоха, различают четыре типа, хотя полностью изолированного типа дыхания в жизни практически не встречается. В любом из них принимает участие, в большей или меньшей степени, вся система дыхания, но с преобладанием какой-либо одной группы мышц.

1.ключичное (плечевое) дыхание

2. грудное дыхание

3. боковое (реберное) дыхание

4. диафрагмальное (брюшное) дыхание

Оптимальным типом дыхания, при котором голос ребенка звучит легко и естественно, является смешанное дыхание. Детские легкие малы по своей емкости и отсюда, естественная ограниченность силы звука детского голоса. На начальном этапе обучения я работаю над смешанным дыханием, так как развивать какой-то определенный тип дыхания – вредно, потому что в этот период дыхание у детей – поверхностное. Но в дальнейшем, мы плавно переходим на освоение вокального дыхания - диафрагмального.

Правильное певческое дыхание связано с правильной атакой звука. На первоначальном этапе обучения – используем только мягкую атаку. Она способствует развитию протяжного (кантиленного) пения и образованию спокойного, мягкого звука. Твердая атака обычно приводит к форсированию звука, что может губительно сказаться на развитии голосового аппарата ребенка. Очень часто дети не поют, а проговаривают текст в ритме песни. Главным же в вокальном искусстве является связное, плавное пение, поэтому с самого начала обучения я стремлюсь прививать навыки протяжного пения. Репертуар включает песни различные по характеру. С первых уроков приучаю детей брать дыхание по руке - дирижерскому жесту.

Важную роль в пении играет организация активного, но спокойного вдоха и плавного продолжительного выдоха.

Работа над дыханием:

а) руки на животе, вдох в живот «Надуваем шарик» -вдох носом, в живот и через щелку во рту плавно, медленно выдыхаем на звук «ссс…»

б) по показу рук медленный вдох и медленный выдох через щелку во рту толчками воздух

в) дуем на «пушинки» «сдуваем» их или на воображаемую свечу.

г) наклоны и повороты головы , повороты корпуса( активный вдох через нос и выдох через рот активно на звук «ха»)

д) «накачиваем колеса» наклоняясь - вдох , разгибаясь- выдох.

В упражнениях, развивающих дыхание, можно использовать комплекс упражнений дыхательной гимнастики Евгения Емельянова. Упражнения, как показала практика, представляют большую ценность. Оказывается, они не только укрепляют здоровье и развивают дыхание, они еще вовлекают в работу большое количество мышц (мелких и крупных), необходимых ребятам для координации движений, для воспитания красоты и пластичности, так нужных в обычных жизненных движениях.

Комплекс дыхательной гимнастики Е. Емельянова.

Применяю его в виде игровых упражнений.

Упражнение – «вдох аромата цветка».

Прошу детей мысленно представить самый нежный и любимый их цветок, его чудный аромат, или аромат душистых ягод. Дети интуитивно, приподнимая слегка шею и подбородок, с шумом втягивают воздух. Поправляю, говорю, что вдох должен быть спокойным и бесшумным. Я специально произношу это слово для того, чтобы акцентировать внимание детей на важнейшем моменте взятии вдоха. Показываю, а затем мы учимся выполнять это упражнение. Делаем это упражнение несколько раз.

Упражнение – «надуваем и сдуваем шарик».

Те же требования к моменту вдоха, а момент выдоха прошу контролировать временем. То есть своеобразная игра как в детстве; кто дольше продержится, у кого лучше развиты легкие, кто экономнее будет расходовать в момент выдоха воздух, не подменяя при этом дыхания. Усложняем упражнение еще и тем, что момент выдоха мы осуществляем на звуке. Звук может быть любым, но только гласным, чтобы его удобно было тянуть. То есть, мы включаемся в процесс пения. На определенном звуке, определенной высоты – тянем его, значит поем.

Упражнение «подуть на одуванчик».

Держа обе руки на поясе и сильно прижимая ладонями нижние ребра – резко и коротко делаем 10-20 выдохов. Особенность данного упражнения заключается в очень быстром и резком движении верхней мышцы живота (диафрагмы). Упражнение требует определенных усилий и навыков. Сначала мы его выполняем на «пред дыхании» с эффектом легкого шума, а затем на чередовании гласных и согласных звуков. Своеобразная мышечная гимнастика, равносильная «качанию пресса». Практически все дети после выполнения этих дыхательных тренингов становятся румяными, радостными и активными. А это значит, что кровь начинает активнее циркулировать, легкие насыщаются кислородом, работают активно, организм ребенка полон сил и бодрости.

Есть еще замечательный комплекс дыхательной гимнастики Александры Стрельниковой. Данный комплекс упражнений направлен на то, чтобы сделать дыхание более глубоким. В основе гимнастики - «парадоксальный вдох». Грудная клетка сжимается скрещиванием рук, и вдыхаемый воздух проникает глубже, в нижние отделы легких. Повышается активность диафрагмы. Упражнения по данной методике активно используем при тренировке фонационного дыхания в процессе постановки речевого голоса.

Таким образом, весь комплекс дыхательной гимнастики напрямую связан с процессом «оздоровления»!

2.3.Атака звука.

Атака звука в вокале: ключевой элемент техники и выразительности

Атака звука — это момент, когда голосовые связки начинают вибрировать под воздействием дыхания, создавая звук. Этот процесс определяет, как именно рождается нота: резко, плавно или с придыханием. От атаки зависит не только качество звучания, но и здоровье голосового аппарата. Разберем виды атак, их применение в разных жанрах и упражнения для развития техники.

Что такое атака звука?

Атака звука — это способ включения голосовых связок в момент начала звукоизвлечения. Она зависит от синхронизации дыхания, напряжения связок и их смыкания. Например, при твердой атаке связки закрываются до начала выдоха, создавая резкий старт звука, а при мягкой — дыхание и смыкание происходят одновременно, обеспечивая плавное начало .

Почему это важно?

Контроль атаки предотвращает зажимы и перенапряжение связок.

Выбор атаки влияет на эмоциональную окраску песни: драматизм, лиричность, интимность .

Типы атак в вокале

1. Твердая атака.

Механизм: Связки смыкаются до начала выдоха, создавая резкий старт звука, похожий на кашель или щелчок.

Применение: Используется в роке, мюзиклах и немецкой классике для акцента на силе и драматизме.

Риски: Частое использование приводит к усталости связок и осиплости .

2. Мягкая (скоординированная) атака

Механизм: Связки смыкаются одновременно с выдохом, обеспечивая плавное и чистое звучание.

Применение: Основной метод в классическом вокале и джазе. Подходит для длинных фраз и лирических композиций .

3. Придыхательная (аспирированная) атака

Механизм: Воздух проходит через частично открытые связки перед их смыканием, создавая легкий шум («ха»).

Применение: Используется для интимного звучания в балладах, поп-музыке и шепоте.

Особенность: Может привести к «воздушному» голосу, если не контролировать плотность смыкания .

4. Креаковая атака (vocal fry)

Механизм: Связки вибрируют медленно, создавая хриплый или «трещащий» звук.

Применение: Популярна в поп-музыке и R&B для передачи эмоций усталости или интимности .

Как выбрать атаку?

Жанр:

Классика: Мягкая атака для плавности.

Рок: Глоттальная атака для агрессии.

Джаз/Соул: Придыхательная атака для легкости .

Эмоция:

Гнев → Твердая атака.

Грусть → Придыхательная атака.

Радость → Скоординированная атака .

Упражнения для развития атаки

1.«Пыхтение паровоза»

Цель: Тренировка диафрагмы и контроля дыхания.

Выполнение: Резкие вдохи-выдохи через нос с неподвижными плечами. Постепенно увеличивайте темп .

2.«Забивание гвоздя»

Цель: Развитие твердой атаки.

Выполнение: Представьте, что ударяете по гвоздю руками на выдохе с акцентом на резкий старт звука .

3.Гласные на стаккато

Цель: Отработка мягкой атаки.

Выполнение: Петь «а-а-а» короткими отрывистыми нотами, следя за плавным началом звука .

4.Имитация шепота

Цель: Контроль придыхательной атаки.

Выполнение: Произносите «ха-ха-ха», постепенно добавляя голос, чтобы снизить «воздушность» .

Советы для сохранения здоровья голоса.

Избегайте чрезмерной твердой атаки — это основная причина усталости связок у новичков .

Разогревайте голос перед пением: упражнения на артикуляцию и дыхание снижают риск травм .

Консультируйтесь с педагогом — он поможет подобрать атаку, подходящую вашему голосу и стилю .

Заключение

Атака звука — это не просто технический прием, но и инструмент художественной выразительности. Освоив разные виды атак, вы сможете передавать нюансы эмоций и адаптироваться к любым жанрам. Начните с мягкой атаки, чтобы укрепить связки, и постепенно экспериментируйте с другими методами. Особенно это актуально в работе с детьми младшего и среднего школьного возраста.

2.3.Артикуляция.Дикция.

Многие дети приходят обучаться вокалу с нечеткой, вялой дикцией, с

дефектами проговаривания некоторых согласных и сочетаний согласных с

гласными, с возможными психологическими и мышечными зажатиями.

Поэтому, перед педагогом стоит задача выявить такие дефекты и зажимы и

попытаться их устранить путем длительной тренировки над специально выработанными упражнениями.

Пение считается первичным из всех видов музыкального исполнительства, так как когда ребенок начинает издавать звуки, агукать это и есть задатки певческого голоса, первые проявления его музыкальности. Еще в раннем возрасте ребенок начинает реагировать на песню, не понимая ее смысла и содержания. По мере развития речи и мышления ребенка, идет осознание новых представлений, переживаний, появляется интерес к песне и ее самовоспроизведению, так как голос – это единственный инструмент, которым владеет ребенок с раннего детства.

Поэтому, вокальный вид деятельности является одним из главных видов для приобщения ребенка к музыке, для развития его эмоционального и духовного мира, раскрепощения от разных зажатостей, как двигательных, так и внутренних, заполняет его досуг, помогает творчеству.

Академическое пение – совокупность слова и красивого округленного музыкального певческого тона, называемое навыком артикуляции. Вместе с певческим дыханием и звукообразованием он образует вокальную речь. Во время обучения академическому пению вокалист должен научиться полноценно владеть своим певческим голосом. Пение и речь создают большое влияние друг на друга, та как образуются одним голосовым аппаратом. Осуществление разговорного и певческого звуков образуется артикуляционным аппаратом, который состоит из мышечных органов ротоглоточного канала: губ, твердого и мягкого неба, глотки, языка и нижней челюсти. Существуют значительные различия в постановке певческого голосового аппарата и разговорной речи. Эта особенность происходит при помощи гортани и артикуляционного аппарата. Когда человек говорит, его гортань связно действует с артикуляционным аппаратом. А когда он поет – эти органы действуют сами по себе: гортань постоянно находится в одном положении и не должна влиять на изменение в произношении. В период пения слова ложатся на вокальную линию. Гласные и согласные звуки должны быть выровнены и не нарушать кантиленного звучания. Пение – это важнейшее средство музыкального воспитания ребенка, помогающее в решении задач всестороннего и гармоничного его развития. Поэтому класс вокала один из востребованных и эффективных видов занятий. Так как в процессе пения вокалист переживает эмоциональное, познавательное и музыкальное развитие. Прежде всего, пережить музыкальный образ помогает содержание произведения, его словесный текст.

Произведение не может быть исполнено только чисто интонируя,в нем обязательно присутствует литературный текст. И этот текст при исполнении обязательно должен быть филигранно связан с пением. Вокальное искусство своей совокупностью художественных и технических средств, то есть тембром, четким словом, эмоциональностью помогает подчеркнуть смысловое содержание текста в его музыкальном воплощении.

Одним из важнейших средств вокальных навыков и донесения смысла и содержания музыкального произведения и его образа является дикция. Интенсивность работы артикуляционного аппарата говорит о качестве дикции, о хорошем произношении всех звуков и разборчивости слов. Но если он вялый, у ребенка плохая дикция. У начинающих вокалистов артикуляционный аппарат часто работает слабо, вяло, в работе участвует очень мало мышц лица, губ, языка. Они не придают значения, что необходимо внятно произносить звуки и текст в произведении. Даже при разговорной речи «съедают» окончания, произнося их сумбурно, проглатывают многие согласные звуки. Очень часто дети поют с зажатыми зубами, запрокидывая вверх голову. Это ведет к зажатию нижней челюсти. При пении некоторые учащиеся напрягают гортань, приподнимают зажатый корень языка. Все это приводит к гортанному и напряженному звуку, аппарат зажимается и мешает или четко и удобно, без напряжения, артикулировать. Уже не говоря о тех детях, которые имеют дикционные дефекты при произношении разных согласных. Именно поэтому, артикуляция это важнейшее условие работы над вокальным произведением. Ротовая полость вокалиста должна быть естественной, свободной и эстетичной. Нижняя челюсть должна легко открываться вниз без напряжения, и не в сторону. Если она зажата, то у ребенка происходит пение на горле из-за того, что это зажатие через подъязычную кость подтягивает вверх гортань, а также перенапрягает язык. Губы и язык свободно двигаются для красивой речи и прекрасного пения. Правильное и естественное открывание рта способствует точному положению во рту языка, глотки и гортани и установки в целом голосового аппарата. Она все же не должна чрезмерно откидываться вниз и бить по гортани. Само положение языка и губ влияет на форму ротового резонатора и на тембр голоса. Губы участвуют в формировании гласных и губных согласных. Улыбка помогает осветлить тембр. М. Гарсиа говорил: «Губы должны лежать на зубах».

Огромную существенную значимость в голосообразовании играет мягкое небо. Его постоянно высокое положение значительно влияет на резонаторы ротоглоточного канала, форму рупора. Мягкое небо неразрывно связано с носоглоточным каналом и гортанью – это оказывает влияние на тембр, окраску звука. Правильно влияя на артикуляционные органы, мы можем воздействовать на весь голосовой аппарат. Тропинку к профессиональному творчеству открывает свобода, естественность и гармоничность. Лицо поющего не должно отражать технику вокала, какие-нибудь неудобства, а быть естественным и свободным.

Существует множество недостатков у вокалистов, требующих их устранения на пути к профессионализму:

- нельзя слишком широко открывать челюсти, из-за этого сжимается глотка, заглушается вибрация голоса, пропадает резонирующий свод у голосового аппарата;

- если зубы при пении находятся слишком близко, голос становится с горловым оттенком;

- если губы выдвигаются в виде воронки, происходят лающие звуки;

- если рот открыт овально, как у рыбы – это придает голосу приглушенный оттенок, мешает артикуляции, лицо становится некрасивым, грубым и неприятным.

Во время пения рот должен быть овальной формы, нижнюю челюсть отделять от верхней под собственной своей тяжестью, уголки рта должны быть немного приподняты, прижаты к зубам – такое положение придает лицу приятное ощущение.

Все свое внимание вокалисту необходимо сосредоточить на сцепление гласных между собой. Быстрое и четкое произношение согласных будет при этом организовано правильно, не делать звук скандированным, не рвать кантилену. В пении музыкальное воплощение неразрывно связано с выразительным и ясным донесением текста, происходит процесс интеграции музыки и слова. Наша речь, обращенная к аудитории, или текст при пении, должна быть четкой по произношению, выразительной и достаточно громкой, чтобы долетала до последних рядов зрительного зала. Для этого необходима великолепная четкая дикция, ясное произношение слов. Но, к огромному сожалению, мы можем наблюдать тот факт, что многие дети имеют нарушения в речи (произносят неправильно звуки). Следовательно, дефекты речи негативно сказываются на дикции, фонетической стороне речи, а значит и на мастерстве вокального исполнительства.

Слова, произнесенные в пении или речи должны быть четкими, внятными, яркими, выразительными, эмоциональными и достаточно громкими, чтобы их хорошо было слышно в конце зала. Для того, чтобы добиться желаемых результатов необходимо много и плодотворно трудиться над четким и ясным произношением слов и музыкальных фраз в целом.

Необходимо много трудиться над усовершенствованием артикуляционного аппарата, разрабатывать его технические возможности. Это сложная, но вполне выполнимая задача, если двигаться постепенно к поставленным задачам от простого к сложному, соединяя технические задачи с мышлением и эмоциональностью ребенка. Одним из самых эффективных способов коррекции речевых нарушений является систематическое использование в процессе пения вокально-артикуляционных упражнений, артикуляционных гимнастик. В результате плодотворных и систематических занятий вокалист достигает поставленной цели – исполнить музыкальное произведение качественно, осмысленно.

Значит, дикция и артикуляция являются основными компонентами вокального исполнительства, что можно считать очень злободневным, своевременным и актуальным. Кроме этого, актуальным является и музыкальное развитие детей в целом, и вокальное развитие, которое воздействует на общее развитие личности ребенка: формируется его эмоциональная сфера, обостряется восприятие, развивается воля, выносливость, воображение, творческое мышление, снимаются психологические и физические зажимы, повышаются коммуникативные навыки.

Самым главным помощником в формировании певческого аппарата является педагог. Он должен владеть методами и приемами воспитания вокалиста с становления детского голоса, быть чутким психологом, способным помочь ребенку справится с психофизическими зажимами раскрепоститься в дружеской доброжелательной обстановке.

Деятельность педагога должна в совокупности сочетать в себе множество качеств, прежде всего это культура и техника речи. Она должна нести в себеграмотность,живость,образность,логичность,культурность,эрудированность,богата интонационно и лексически.

Культура речи неразрывно связана с отработанной техникой речи – технологическую систему дыхания, голосообразования, дикции, до автоматизации доведенных навыков произношения. Все это помогает взаимодействию учителя с учащимися.

2.4.Роль и вокально-интонационных упражнений при обучении детей пению.

Занятия вокалом немыслимы без вокально-интонационных упражнений. Те, кто учился и учится вокалу, согласятся с этим утверждением. Развитие вокальных навыков – это определённый набор вокальных упражнений, исполненных определённое количество раз конкретным исполнителем (вокалистом). Как сам набор упражнений, так и количество исполняемых раз может быть совершенно различным для разных людей. Но, в любом случае, вокальное упражнение – главный инструмент вокалиста.

Вокальным называется только такое упражнение, при исполнении которого происходит фонация, то есть вокалист поёт. Не все упражнения, которые применяются для развития голоса, вокальные. Есть и другие: дыхательные, артикуляционные, дикционные. Под упражнениями понимается повторение какой-либо деятельности с целью улучшить способ её выполнения. Упражнения являются основным средством приобретения навыков, т.е. действий, которые автоматически протекают в любой сложной деятельности. Так и в вокальном деле упражнения служат для выработки основных навыков, необходимых для профессионального пения. И правильное зарождение звука, и техника звуковедения в различных условиях, диктуемых мелодией, – всё это осваивается и закрепляется, прежде всего, на упражнениях. Действительно, принцип пения legato, кантилена, беглость, скачки, пение staccato, пассажи и различные украшения усваиваются на упражнениях и потом уже совершенствуются и шлифуются на вокализах и художественных произведениях.

Упражнения, которые построены на коротких отрезках музыкальных фраз, как правило, транспонируются по полутонам вверх и вниз по звуковой шкале. Такое повторение одних и тех же попевок, одних и тех же музыкальных движений ведёт к установлению прочных навыков их выполнения. Последовательность одних и тех же движений закрепляется, вырабатывая стереотип. В дальнейшем, встречаясь с подобной фигурацией в произведении, певец выполняет её не задумываясь, автоматически верно. Однако пение повторяющихся сочетаний звуков-попевок можно назвать упражнением только тогда, когда оно производится с определённой целью и когда педагог или ученик оценивает результаты каждой попытки с точки зрения приближения её к поставленной цели. Простое пропевание упражнений без ясно поставленной цели и критической оценки будет просто распеванием, разогреванием голосового аппарата. Распевание (разогревание) голосового аппарата служит цели приведения его в готовность для выполнения сложных певческих заданий, но не ведёт к совершенствованию выполнения функции. Наоборот, бездумное, формальное пение упражнений может привести к появлению и укреплению негативных навыков. Всякое совершенствование функции в упражнении предполагает ясно поставленную цель и непрерывный контроль за её выполнением, только это способно сформировать нужные новые координации. Не существует упражнений «вообще», а существуют упражнения для выработки тех или иных конкретных качеств голоса.

Вокально-интонационные упражнения на уроке вокала.

Важным звеном в работе на занятиях по вокалу является распевание. Любое вокальное занятие должно начинаться с распевки, потому что в формировании звука задействованы многие группы мышц. Распевка разогревает голосовые связки, подготавливая их к работе. Распевка у певцов сходна с разминкой у спортсменов. Как и спортсменам, вокалистам необходимо разогреть мышцы, тем самым подготовив их к дальнейшим профессиональным нагрузкам. Без распевки можно не попасть с самого начала на какие-то ноты, несмотря на хороший слух и голос. Без распевки посередине вокального упражнения или песни может перехватить горло и нужно будет откашляться и т.д.

Первые распевки на уроке вокала носят разогревающий разминочный характер. Вокалисты должны разминаться на «середине» своего диапазона, чтобы не травмировать голосовой аппарат. Необходимо делать упражнения-распевки на укрепление опоры, на удлинение вокального дыхания, следить за правильным формированием звука, разминаются язык, губы, челюсть, гортань, резонаторы. Вторая часть вокальных распевок (на уже разогретом голосовом аппарате)направлена на расширение диапазона и развитие хорошей дикции. Упражнения носят «растягивающий характер». Важен максимально плавный переход от звука к звуку, не меняя качества звучания, и одновременная рельефность и преувеличенная внятность дикции.

Третья часть распевок на уроке вокала направлена на освоение различных технических приемов: скачки, отрывистое голосоведение, украшения. Такие распевки даются на продвинутом уровне обучения вокалу (на начальном уровне все упражнения делаются на кантиленном, то есть плавном, голосоведении).

Распевки в движении – соединение пения и движения – это очень важная часть урока вокала, направленная на освобождение голоса, голосового аппарата, на налаживание координации, которая помогает пению.

Распевка занимает большую часть урока . На начальном и среднем уровне обучения – 30-40 минут. Однако в дальнейшем, по мере укрепления голосового аппарата и освоения основных вокальных приёмов, время на распевку сокращается до 15 минут. Остальное время на уроках отдаётся работе над репертуаром.

Распевание представляет собой одну из важнейших частей работы по воспитанию певческих навыков. Проблема распевания (его организация и подбор упражнений) является очень острой, так как некоторые смотрят на распевание лишь как на разминку голосовых связок перед исполнением репертуара. На самом же деле распевание – это сложный путь к овладению техническими основами вокального искусства. Работа строится на специальных упражнениях, которые подбираются соответственно возрасту, педагогическим задачам и уровню музыкального развития детей.Распевка – это неширокое по диапазону вокальное упражнение, которым открывают занятия. Начинается распевка в среднем, удобном для певца диапазоне голоса.

После того, как её пропели один раз, распевку повторяют, поднимая тональность на полтона выше и т.д., пока не дойдут до вершин диапазона голоса. Потом точно так же, но опускаясь по полутонам вниз, можно прорабатывать нижние ноты голоса.

В процессе распевания,дети не только разогревают голосовой аппарат, они совершенствуют певческие навыки. Следовательно, распевание преследует три основные задачи: разогревание голосового аппарата, психологический настрой для вокальной работы и совершенствование певческих приёмов и навыков. Работа по распеванию строится на специальных упражнениях, которые подбираются соответственно возрасту, педагогическим задачам и уровню музыкального развития детей, обучающихся пению. Материал для распевания состоит из технических упражнений на различные гласные и отдельные слоги, а также песенных отрывков со словами. Особенность упражнений в том, что они имеют очень простое строение, соответствующее певческим возможностям младших школьников. Эти упражнения должны быстро запоминаться и не отвлекать внимание учащихся от вокальных задач, ставящихся педагогом.

Работа по распеванию проводится путем повторения упражнения по полутонам вверх - вниз, но строго в пределах диапазона детского голоса: в первом классе до — ля первой октавы, во втором до первой — до второй октавы, в третьем до первой — ре второй октавы.

Вокальные задачи:

Подготовка голосового аппарата к более сложному вокальному исполнению

Навыки певческого вдоха и выдоха

Правильное формирование гласных звуков

Развитие протяжности дыхания

Работа над дикцией и артикуляцией.

Длительность и сила дыхания развивается при помощи упражнений на дыхании без звуков. Они помогают дыхательным мышцам осуществлять свою работу более точно, тем самым мы развиваем способность управлять мускулатурой и необходимыми мышцами. Характер вдоха, длительность и объём диктуются музыкальной фразой и выразительными задачами.

Протяжность дыхания достигается работой над экономным и продолжительным выдохом.

Для развития навыка продолжительного выдоха, можно предложить спеть небольшую фразу на одном дыхании.

Для выработки дикционной чёткости весьма полезны различные скороговорки, а также быстрое проговаривание по нескольку раз отдельных слов.

Некоторые скороговорки можно пропевать.

Примеры скороговорок:

Два щенка щека к щеке щётку щиплют в уголке.

На дворе - трава, на траве - дрова.

От топота копыт пыль по полю летит.

Бык тупогуб, тупогубенький бычок.

На дворе — трава, на траве — дрова. Не руби дрова на траве двора.

Мы ели-ели ершей у ели. Их еле-еле у ели доели.

Лилии полили ли иль увяли лилии.

Добры бобры идут в боры.

Около кола — колокола, около ворот — коловорот.

Зина в магазине забыла корзину.

Жужжит жужелица, жужжит, да не кружится.

Два щенка, щека к щеке, щиплют щёку в уголке.

Краб крабу сделал грабли, подарил грабли крабу. Грабь граблями гравий краб.

Маша под душем моет шею и уши.

Петя был мал и мяту мял. Увидала мать — не велела мять.

Съел Валерик вареник, а Валюшка — ватрушку.

В распевании особенно важен грамотно подобранный музыкальный репертуар в виде системы вокальных упражнений. На занятиях техническая работа должна сочетаться с работой над музыкальной выразительностью, и тогда у детей разовьются не только певческие навыки, но и музыкальный вкус, и художественные представления. Главное – чтобы ребенок пел естественно, красиво и с удовольствием, выявляя свою вокальную индивидуальность.

Упражнения для распевки

Распевка для вокалистов — обязательный этап перед уроком или выступлением, который ни в коем случае нельзя пропускать. Без нее есть риск повредить связки при исполнении музыкальных произведений и даже потерять голос. При этом распевание необходимо выполнять правильно и аккуратно. Важно не перестараться во время упражнений, иначе голос устанет еще до исполнения песни.

Функции распевки

Является зарядкой для голоса.

Положительно сказывается на технике вокала.

Готовит голос для исполнения сложной музыкальной композиции.

Помогает научиться правильно дышать, отрабатывать разные приемы и техники.

Упрощает исполнение сложных произведений, а также взятие высоких и низких нот.

Подбирая распевку, педагог должен учитывать специфику тембра, особенности исполнительского направления и собственные физические особенности. Вокальные упражнения для взрослых людей кардиально отличаются от детских.

Прежде чем переходить к распевке, слегка разомнитесь: сделайте наклоны или приседания. И только после этого приступайте к упражнениям по вокалу.

Составляющие распевки

Дыхательная гимнастика. Не ограничивайте себя временными рамками — потратьте на упражнения для дыхания столько времени, сколько потребуется для полного расслабления. Только так работа голосовых связок будет максимально качественной.

Голосовые упражнения. Для разогрева начинающим исполнителям необходимо выполнять тренировки с гласными буквами: их можно тянуть, исполнять высоко или низко, отрабатывать стаккато.

Рекомендуемые вокально-интонационные упражнения:

Пение с закрытым ртом. Начинайте распевку именно с этого упражнения. Зубы должны быть разжаты, а вибрации — направлены на губы. Повышайте звук с каждым извлечением на полтона. Спев так несколько нот, продолжите упражнение с открытым ртом, используя «ми», «мэ», «ма», «мо», «му». По достижении максимальной высоты постепенно возвращайтесь к начальному тону.

Мычание. Встаньте в удобную позу, расслабьтесь. Вдохните и помычите обычным голосом. Потом раскачайте звук между двумя удобными нотами.

Вертолет. Вдохните среднее количество воздуха, слегка вытяните губы. Направляйте воздух под верхнюю губу, чтобы получилась трель. Начните с коротких звуков.

Глиссандо. Упражнение называют также скольжением. Начните с одной ноты, потом, плавно повысьте высоту до следующей ноты, и, не прерываясь, вернитесь на исходную.

Диапазон. Для начала спойте терцию, переключаясь с одного звука на другой. Постепенно увеличивайте диапазон. Через несколько занятий необходимо добраться до октавы, чтобы смело петь перепады звуков.

Выполняйте каждое упражнение по 2–3 минуты.

Главные правила

Распеваться нужно в удобной тональности. Нельзя использовать слишком высокие и низкие звуки. Начинайть распевку для голоса с одной ноты, постепенно переходя на терцию, а затем на квинту. Заканчивать в диапазоне октавы или даже больше. Если сложно справиться, остановитесь на квинте. Определяйте набор упражнений и их длительность, исходя из своего опыта. Начинающие исполнители тратят на разминку и технику большую часть урока. Вокалисты с опытом могут обойтись исполнением нескольких миниатюр. Разминайтесь в полный голос, но избегайте форсирования и перехода на крик. Не атакуйте звук слишком сильно: так можно «сорвать» связки. Если нет возможности петь в полный голос, попробуйте делать это с закрытым ртом.

Дополнительные советы ученикам:

Нельзя начинать петь в течение 2 часов после пробуждения.

Делайте физические упражнения, чтобы разогнать кровь и ускорить распевку.

Не напрягайтесь.

Если распеться нет возможности, почитайте вслух 15–20 минут. Не забывайте тщательно артикулировать.

Читайте скороговорки для хорошей дикции.

Пейте воду комнатной температуры во время распевки и в течение дня.

Заключение

Подводя итог, мы выяснили, что пение - основной вид музыкальной деятельности ребенка. Песня позволяет человеку не только выразить свои чувства, передать свое внутреннее состояние, но и вызвать у других соответствующий эмоциональный отклик, который созвучен с передаваемым настроением исполнителя. Песня учит и воспитывает человека. И крылатые слова А.В. Гоголя «Под песню пеленается, женится и хоронится русский человек» тому вечное подтверждение, так как песня сопровождает человека всю жизнь. Недаром психологи утверждают, что сейчас многие дети страдают эмоциональной глухотой, часто бывают жестокими и равнодушными, оглушенными средствами массовой информации, несущими бездуховность и низкую культуру. Именно песне принадлежит роль душевного катализатора. Пение воздействует и на физическое развитие детей, также безусловно влияет на общее состояние организма ребенка, вызывает реакции, связанные с изменением кровообращения, дыхания. Правильно поставленное пение формирует деятельность голосового аппарата, укрепляет голосовые связки, развивает приятный тембр голоса. Правильная поза влияет на равномерное и глубокое дыхание и развивает координацию голоса и слуха.

Пение воспитывает эстетическое восприятие и эстетические чувства, художественно – музыкальный вкус и оценочное отношение к песне. У детей появляются любимые песни, и они поют их в повседневной жизни,это способствует умственному развитию ребенка. Исполнение песни расширяет детский кругозор, увеличивает объем знаний об окружающей жизни, событиях, явлениях природы. Музыкальное воспитание и развитие ребенка осуществляется на протяжении всех ступеней его жизни. Все виды музыкальной деятельности, рекомендуемые в дошкольном и школьном воспитании, развивают музыкальность детей. Музыкальность развивается быстрей, чем раньше начинают обучать ребенка каким – либо видам музыкальной деятельности, а наиболее благоприятным периодом начала обучения является младший и средний школьный возраст. Во все времена пение считалось наиболее доступной и естественной формой творчества. Практически все люди, даже не имеющие слуха и голоса, время от времени напевают, и это происходит как бы само собой. Человек иногда этого даже не замечает и не контролирует. Кого-то пение успокаивает, кому-то позволяет лучше сосредоточиться, а кто-то таким способом выражает обуревающие его эмоции.

Пользу вокала заметили еще врачеватели Древней Греции: они применяли хоровое пение для купирования душевных расстройств, а также практиковали его в качестве средства от бессонницы.

Современным родителям также следует взять на вооружение это простое и доступное средство. Пение дает эмоциональную разрядку в стрессовых ситуациях, помогает сбросить избыток как позитивных, так и негативных эмоций. Психическое напряжение накапливается у детей постоянно — когда они испытывают страх, тревогу, неуверенность в себе, гнев и множество других сильных эмоций.

Опыт детских психологов показывает, что ребёнок, который часто напевает в быту или серьезно занимается вокалом, более спокоен по сравнению с другими детьми. Он менее подвержен колебаниям настроения, эмоциональным срывам, у него выше концентрация, лучше память, более развито воображение.

Взрослым не стоит отказываться от колыбельных песенок, даже если им кажется, что ребёнок несколько перерос это занятие. Возможно, с ребёнком постарше надо петь песни уже дуэтом, вместе. Это снимает напряжение, укрепляет эмоциональную и психическую связь малыша с родителями. Позднее ту же роль будет играть совместное чтение на ночь.

Эмоциональная связь укрепляется и в том случае, если дети часто поют вместе в детсадовской группе или в школьном классе. В этом случае между детьми наблюдается меньше ссор: они легче находят общий язык, между ними устанавливаются более крепкие связи, да и просто улучшается настроение. Таким образом, занятия вокалом предоставляют ребенку множество преимуществ для его развития. Они способствуют развитию музыкального слуха, улучшают концентрацию и память, развивают языковые навыки, способствуют самовыражению и эмоциональному развитию, развивают социальные навыки и уверенность, а также улучшают дыхательную систему и осанку.

Если ребенок интересуется музыкой, занятия вокалом могут быть отличным способом для его развития и самореализации.

Список литературы.

1.Альбрехт Ю.Б. О рациональном преподавании пения и музыки в школах. Педагогический сборник. – СПб.: Музыка, 1999.

2.Беляева-Экземплярская С.Н. О психологии восприятия музыки. - М.: Музыка, 2004.

3.Бехтерев В.М. О значении музыки в эстетическом воспитании ребенка с первых дней его детства. - М.: Музыка, 1996.

4.Ватнова А.Д. Развитие частоты интонации в пении дошкольников - М.: Музыка, 2003.

5.Вендрова Т.Е., Писарева И.В. Воспитание музыкой. - М.: 1991.

6.Ветлугина Н.А. Музыкальное воспитание в детском саду. - М.: Музыка, 2002.

7.Войнова А.Д. Развитие чистоты интонации в пении дошкольников – М.: Музыка, 1996.

8.Вопросы методики воспитания слуха. - Л.: Музыка, 1997.

9. Готсдинер А.Л. Музыкальная психология. - М.: Психология,1993.

10.ДитрихК., Гофман К. Вопросы систематики и методики музыкального воспитания. - Л.: Музыка, 2008.

11. Кононова Н. Г. Музыкально-дидактические игры для дошкольников. - М.: Просвещение, 2002.

12.Кулагина И. Ю. Возрастная психология. Развитие ребенка от рождения до 17 лет. - М.: РОУ, 1996.

13. Метлов Н.А. Песни для сада. - М.: Музыка, 2004.

1.Георгиевская В. Почему люди поют: Природа пения. https://www.orator.biz/library/tina/priroda\_penija/

2. Мы дружим с музыкой. Методические рекомендации и хрестоматия. Выпуск 11. Сост. Т. А. Бейдер, Л.В. Горюнова, Е.Д.Критская. М., 1989, с. 3-18.

3. Огороднов Д.Е. Музыкальное воспитание детей в общеобразовательной школе. – Л., 1990.

4. Учительская газета. http://www.ug.ru/article/248

5. Щетитнин М.Н. Дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой – М.: Метафора, 2006. – 128с.