

Муниципальная бюджетная организация дополнительного образования
«Детско-юношеский центр» станции Ленинградской
муниципального образования Ленинградский район

Методические рекомендации

«Основы работы с детским ансамблем народной песни»



Автор: Пятак Л.Г., педагог дополнительного образования

ст. Ленинградская

2020г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Введение.
2. Характеристика детского голоса.
3. Народная манера пения.
4. Дикция. Артикуляция.
5. Дыхание. Работа над дыханием.
6. Музыкально-выразительные средства.
7. Развитие слуха, музыкальной памяти.
8. Работа над песнями.
9. Комплекс упражнений на развитие певческого голоса в народной манере исполнения.
10. Литература. Интернет-ресурсы.

1. Введение

Ансамбль народной песни – синтезированное искусство, включающее в себя песню, танец, народную игру, направлено на развитие творчества, музыкальных способностей, образовательного уровня детей.

Проблема обучения народному пению актуальна во все времена. Она постоянно находится в центре внимания педагогов – практиков и исследователей. Народно-песенное творчество играет значительную роль в эстетическом воспитании и развитии детей. Выразительные музыкальные интонации, образный, яркий поэтический язык народных песен, игра помогают прививать любовь к своему Отечеству, с любовью относиться к культуре своего народа.

Чтобы возродить песенные традиции, необходимо позаботиться о воспитании детей в этих традициях. Только ребенок, с его чистой душой, девственным слухом и творческим мышлением, общаясь с песенным фольклором, который он исполняет в своих играх, хороводах, забавах, обучаясь сольному, ансамблевому и хоровому народному пению, может освоить великую музыкальную культуру – песенную традицию своего народа, развить в себе такой же талант.

Через фольклор, народное искусство в сознании ребенка воспроизводится утраченное, открывается необъятное поле деятельности по «возделыванию» своего собственного «я».

Детский ансамбль народной песни помогает воспитывать у детей любовь и уважение к народному искусству своего народа.

Методические рекомендации представляют систему работы с детским народным вокальным коллективом.

Рекомендации могут представлять интерес для педагогов дополнительного образования, учителей музыки общеобразовательных учреждений, начинающих руководителей детских ансамблей.

2. Характеристика детского голоса

Большое значение для правильного звукообразования при исполнении имеет функция голосообразования и физиология детского голоса. От них зависят вокальные исполнительские возможности и способности каждого певца, зависит певческое дыхание, диапазон и регистр, сила и тембр, полётность и гибкость голоса. Взаимосвязаны друг с другом голосовой аппарат и музыкальный слух, определяющий звуковысотность мелодической линии.

Без знаний физиологических и вокальных особенностей детского голоса сложно выявить верные регистры и примарные тоны детских голосов; трудно подобрать для исполнения фольклорный материал в диапазоне, соответствующий возрастным возможностям детей; не просто «поставить» певческое дыхание, достичь четкой дикции, ровного и легкого звуковедения, вокального мастерства.

Знание возрастной дифференциации звуковысотного диапазона и регистров детского голоса имеет крайне важное значение при работе с детьми. Прежде всего, это позволяет выявить примарные («натуральные») тоны в голосе ребенка, правильно ориентироваться в индивидуальной вокальной постановке голоса, уберечь ребенка от чрезмерного физического напряжения, верно подобрать tessitura песенного материала, совпадающего с регистровыми возможностями певца.

Главную роль в пении выполняет гортань совместно с дыханием. Слух является главным корректором певческого поведения гортани и всего голосового аппарата. Слух развивается не попутно и не одновременно с голосом. Его развитие должно идти всегда впереди.

К семи-восемью годам начинается формирование вокальных мышц. Ребенок проходит три периода развития голоса: домутационный, мутационный и послемутационный. В возрасте семи - десяти лет голоса мальчиков и девочек в общем однородны и почти все дисканты. В этот период звучанию голоса свойственно головное резонирование, легкий фальцет при котором вибрируют только края голосовых связок (неполное смыкание голосовой щели). Диапазон ограничен звуками до первой октавы – до второй октавы. Тембр очень неровен, гласные звучат пестро.

Задачи на начальном этапе:

1. Добиваться возможно более ровного звучания гласных, выстраивать унисон с целью образования единой манеры пения, необходимой для хорового ансамбля.
2. Максимум выученных песен и попевок различных областей – детям это поможет почувствовать логику развития мелодической линии в народной песне.
3. Максимум движения самостоятельного в сочетании с пением; у маленького артиста должна вырабатываться координация двигательного и голосового аппарата.

11-13 лет – предмутационный период. К 11 годам в голосах детей, особенно у мальчиков, появляются оттенки грудного звучания. В связи с развитием грудной клетки, более углубленным дыханием, голос начинает звучать более полно и насыщенно. В этом возрасте в диапазоне детских голосов, как и у взрослых, различают три регистра: головной, смешанный (микстовый) и грудной. В предмутационный период голоса приобретают тембровую определенность и характерные индивидуальные черты, свойственные каждому голосу.

13-15 лет – мутационный(переходный) период. Мутация протекает у всех различно. У одних постепенно (наблюдается хрипота, повышенная утомляемость голоса), у других – более явно и ощутимо (голос срывается во время пения и речи). Продолжительность мутационного периода может быть различна – от нескольких месяцев до нескольких лет.

Задача педагога своевременно услышать мутацию и при первых ее признаках принять щадящий певческо-речевой режим. Сначала пересадить ребенка в более низкую партию, а, возможно, и освободить временно от хоровых занятий.

Развитие правильного голоса детей может быть эффективным только на основе правильного пения, в процессе которого должны формироваться и правильные певческие навыки.

3. Народная манера пения

Народная манера пения – это целый комплекс вокально-исполнительских средств и приемов, сложившихся на основе местных историко-культурных и художественных традиций под воздействием бытовой певческой среды.

Основные качества детского голоса – легкость, звонкость. Пение – физиологический процесс, связанный с деятельностью человеческого организма. Также детям необходимо объяснить из каких понятий складывается качество голоса: тембр, диапазон, ровность звука, техника владения голосом, но не громкость и форсирование звука.

Процесс пения должен протекать осмысленно. Во время обучения необходимо сосредотачивать внимание на диафрагме, избегая плечевого дыхания. Надо научить маленьких певцов петь на «опоре» ровным, непрерывным звуком, тянуть звук, как можно дольше без перенапряжения голоса, ни в коем случае не форсировать звук, так как это может повредить хрупкому детскому голосу.

Основные принципы и приемы развития певческого голоса у детей:

- 1) Четкое произношение слогов, утрирование твердых согласных.
- 2) Формирование устойчивой потребности в речевой гимнастике, добиваясь ясности произношения слов.
- 3) Упражнения на дыхание.

- 4) Постепенное развитие и включение мышц, участвующих в пении, которое гарантирует правильное и гармоничное развитие детского голоса.
- 5) Многократное повторение звука или попевки формирует связь через слуховую интонацию.

Для правильного исполнения необходимо:

- 1) Проговаривать текст(фразу) в разговорной манере.
- 2) Проговаривать эту же фразу нараспев.
- 3) Дикционная разминка нацелена на правильность в произношении гласных и согласных звуков, звуков – традиционных в народном пении, в диалектах, говорах.
- 4) Дыхательная гимнастика формирует дыхание, необходимое при вокальной работе, укрепляет диафрагму, организует разновидность дыхания: краткое, долгое, цепное.
- 5) Распевание способствует формированию правильного звукоизвлечения, удобству исполнения, развивает внутренний слух, вырабатывает чистоту интонации.

Всеобщие компоненты вокального искусства, которые необходимо учитывать при обучении народному пению:

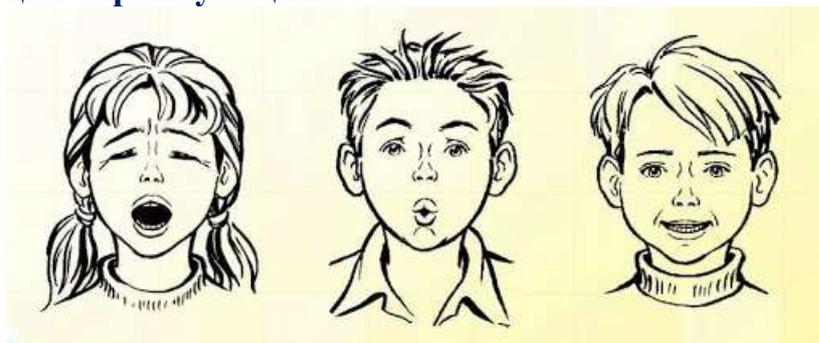
- певческое дыхание;
- высокая певческая позиция;
- единая манера звукообразования;
- подвижность артикуляционного аппарата;
- мягкая атака звука;
- кантиленное звуковедение.

Признаками народной певческой традиции являются:

- а) естественный близкий звук;
- б) незначительная вибрация голоса, придающая лишь тембровую окраску;
- в) дикция, близкая разговорной речи;
- г) естественное головное резонирование, без яркого прикрытия голоса;
- д) плотное грудное звучание.

Народный голос отличается яркое, звонкое, светлое звучание. Весь звук сосредоточен как бы «на губах». Это формирует особый склад мышления народных певцов – «пою, как говорю», что определяет характерность народного стиля исполнения.

4. Дикция. Артикуляция.



Дикция (от лат. dictio - произношение) - четкое произнесение звуков в соответствии с фонетическими нормами языка. Выразительность **дикции** - важная сторона мастерства актера, певца, выступающего. Четкая артикуляция звуков зависит от степени тренированности активных органов речи - губ, языка.

Артикуляция (от лат. articulo — «расчленяю») — в фонетике, совокупность работ отдельных произносительных органов при образовании звуков речи. В произношении любого звука речи принимают то или иное участие все активные произносительные органы.

К активному аппарату относятся – челюсть, язык, губы, мягкое небо. К неактивному – твердое небо, зубы.

Дикционные правила

- Единая артикуляция. Единые принципы, произношения. Единая манера пения.
- Четкое произношение окончаний. Окончания часто присоединяются к следующему слову.
- В музыкальной речи присутствует утрированное звучание («р», «п»).
- В высокой tessiture слово произносится труднее.
- В быстрых темпах слово произносится редуцированно.
- Крупная артикуляция должна присутствовать в торжественных произведениях.
- Зависимость дикции от аккомпанемента (хор должен «пробить» аккомпанемент).
- Дикция и содержание текста. Четкое произношение гласных и согласных должно идти от четкой логики текста.

Работа над дикцией

Народное пение подобно естественной разговорной речи. Чтобы петь как говорить, необходимо сразу обратить внимание на дикцию. Работу над артикуляционным аппаратом необходимо начинать с расслабления, далее следует общая гимнастика речевого аппарата направленная на развитие и укрепление речевых мышц. Дикционная работа при разговорном певческом произнесении текста не одинакова. При пении слова в тексте организованы ритмически и звуковысотно, на дыхании фиксируется и удерживается каждый гласный звук. В отличие от разговорной речи, где язык почти всегда стремится к верхнему небу, в пении язык необходимо будто упирать в корни нижних передних зубов. Язык должен синхронно двигаться с нижней челюстью.

Причины плохой дикции связаны с вялой работой артикуляционного аппарата: малоподвижность языка, зажатость нижней челюсти, вялость губ,

скованность мышц шеи и лица. Для преодоления этих недостатков следует выбирать определенные упражнения (для раскрепощения нижней челюсти – упражнения на слоги БА, МА, ДА, на преодоление вялости и малоподвижности языка – упр. на слог ЛЯ и т.д.). Главное правило для всех случаев – это полное физическое освобождение артикуляционного аппарата от напряжения.

Работать над дикцией необходимо, даже если нет особых недостатков, чтобы держать речевой аппарат в рабочем состоянии.

Гласные в хоровом исполнительстве

В вокальной дикции очень важно полетное произнесение гласных звуков, поэтому главное внимание следует обращать на упражнения, связанные с произнесением гласных звуков.

В русском языке 10 гласных, из них шесть оригинальных (а; э; и; о; у; ы), все эти гласные образуются ординарно голосом, имеют свои правила работы артикуляционного аппарата.

«а» – язык лежит плоско с продольным углублением в спинке, касаясь кончиком нижних зубов, губы в положении овала.

«э» – губы растянуты, язык имеет несколько выпуклую форму, лежит на нижних зубах и подается вниз.

«и» – рот раскрыт, слегка растянутые губы соприкасаются с зубами, кончик языка касается нижних зубов.

«о» – губы вытянуты немного вперед, имеют округлую форму, язык несколько приподнят у корня.

«ы» – губы слегка растянуты, язык оттянут назад, нижняя челюсть слегка выдвигается вперед.

В вокальной дикции принято спокойное произнесение согласных звуков, но четкое звучание согласных является необходимым, с этой целью полезны распевания слогов: ля, ми, зи, да, мия, ния, ду, ку, мо, ло, маю, лаю.

Для выработки четкости в произнесении согласных звуков следует не только петь приведенные слоги, но и использовать пословицы, поговорки, скороговорки. Их можно распевать на одном звуке, что способствует не только правильной дикции, но и тренирует весь артикуляционный аппарат.

Упражнения для дикции и голоса

Не может быть дикция выразительной без правильной частотности голоса и его эмоциональной окраски. Для того, чтобы голос звучал завораживающе следует тренировать дикцию, сам тембр голоса.

Для этого существуют некоторые упражнения:

- Следует зажать зубами ручку, карандаш и т.д., а затем произнося четко слова и звуки, читать тексты, стихотворения.
- Читать тексты, стихотворения попеременно быстро и медленно, громко и

тихо

- Следует не сбивая дыхания, выдерживая все паузы, выразительно читать тексты, стихотворения, прыгая на скакалке или бегая трусцой.
- Следует обращать внимание на свою шею во время разговора, т.к. при попытках ее прочувствовать, шея расслабляется и опускается гортань.

Упражнения для голоса

1. Издавая разные звуки, бить себя в грудь.
2. Во время зевка продолжительно произносить гласные звуки, либо разговаривать. Это также поможет расслабить и опустить гортань.
3. Начинать утро с мычания, продолжительно произнося «м-м-м-м-м-м»
4. Разговаривать улыбаясь. Голос заметно изменится.

Артикуляционная гимнастика

Комплекс №1

1. Стоя, держа руки на груди, следует наклониться немного вперед и как можно более низким голосом на выдохе произнести протяжно гласные буквы, к примеру, «а», «о», «и»
2. Широко открыть рот и подвигать нижней челюстью в разные стороны, в том числе и вперед-назад
3. Закрывать рот, напрячь кончик языка, а затем поочередно дотронуться им к щекам. Такое упражнение можно проделать и открыв рот
4. Широко улыбнуться, а затем кончиком языка поочередно дотрагиваться к уголкам рта. Важно, чтобы челюсть оставалась неподвижной, а язык не касался губ
5. Широко улыбнуться, приоткрыв рот, а затем пересчитать зубы в верхнем и нижнем ряду, дотрагиваясь к ним кончиком языка. Челюсть в этом упражнении должна быть неподвижной
6. Сомкнуть зубы и широко улыбнуться. Важно, чтобы во время улыбки были видны зубы в два ряда
7. Сомкнуть зубы, а затем губы сложить в трубочку, вытянув их в перед и при этом потянуть звук «у»
8. Открыть широко рот и как можно дальше вытянуть острый язык

Комплекс №2

Упражнение «Надулись - улыбнулись». Челюсти выровнены, сжаты. Губы собираются и вытягиваются вперед. Затем скользящим движением раскрываются в улыбку (это и эмоциональный тренаж, необходимый юному артисту).

Упражнение «Дразнилка». Рот широко открыт, язык лежит плоско, с небольшим углублением в спинке, кончик его слегка касается нижних передних зубов, корень опущен, как бы в момент зевка. Высунуть язык как

можно дальше изо рта, а затем втянуть его как можно глубже, так, чтобы образовался мышечный комочек. Выполняется парами, как тренаж ситуации «общение».

Упражнение «Жало». Высунуть язык наружу «жалом», т. е. придать языку заостренную форму. Затем вернуть в исходное положение.

Упражнение «Маятник». Напряженный язык высунуть, опустить к подбородку, поднять к носу. Движение напряженного языка вправо и влево.

Упражнение «Вкусное». Медленное облизывание губ кончиком языка по кругу вправо и влево.

Все упражнения выполняются медленно, плавно, по 4-8 раз.

Комплекс №3

Артикуляционная гимнастика помогает:

- устранить напряжение и скованность артикуляционных мышц;
- разогреть мышцы языка, губ, щёк, челюсти, обеспечивая им наибольшую подвижность;
- развить мимику, артикуляционную моторику;
- развить выразительную дикцию.

1. Артикуляционный аппарат должен быть свободным, чтобы певец имел возможность мгновенно произносить различные звуки, не нарушая при этом певческой установки. Чёткость артикуляции помогает улучшить дикцию.

2. Лучшему формированию звука способствует свободная, незажатая нижняя челюсть. При зажатой нижней челюсти полезно петь йотированные гласные:

- йа-йа
- йе-йе
- нэй-нэй-нэй

Упражнения для освобождения нижней челюсти. При пении следить, чтобы движение нижней челюсти не мешало ровному и связному звучанию.

- дай-йй-йй
- пой-ой-ой
- дай-дай-дай

3. Развитию чёткости дикции мешают довольно часто встречающиеся недостатки – неподвижность верхней губы (так называемая «мёртвая губа») и вялость квадратных мышц щёк.

Упражнения на слоги

- зе - зо
- зе - зу,

помогут устранить их, если на слоги «зе» быстрым утрированным движением растянуть губы (как бы в широкой улыбке), а на слоги «зу» или «зо» также быстро вытянуть их вперёд. Кроме «зе-зо», можно использовать и другие сочетания слогов, например:

- ми-ма

- ма-ми

Комплекс №4

Советы по проведению артикуляционной гимнастики

1. Каждое упражнение выполняется многократно. 4-6 раз
2. Если Вы добавляете в комплекс новое упражнение, то оно только одно, а все другие упражнения должны быть к этому времени уже знакомы ребенку.
3. Если ребенку трудно даются старые знакомые ему упражнения, то новое упражнение не вводится, а закрепляются старые.
4. Артикуляционную гимнастику надо делать сидя перед зеркалом.
5. Необходимо следить за симметрией лица при выполнении движений гимнастики.
6. Необходимо следить за точностью, плавностью движений, давать четкие критерии правильности и неправильности выполнения упражнения, исправлять ошибки, следить за отсутствием лишних побочных движений, за хорошим темпом гимнастики и умением переходить от одного движения к другому. Для результата важно качество движений, а не любое движение само по себе.

Подготовительный комплекс артикуляционной гимнастики

- Улыбка и удержание губ в улыбке. При этом передние зубы обнажены и хорошо видны.
- Трубочка. Вытягивание губ вперед трубочкой. При этом движении двигаются только губы!
- Колечко. Губы в форме колечка.
- Чередование: улыбка – колечко – трубочка.
- Спокойное открывание и закрывание рта, губы в улыбке. Не должно быть других лишних движений!
- Язык широкий.
- Язык узкий.
- Чередование: язык широкий – язык узкий.
- Подъем языка за верхние зубы.
- Чередование движений языка вверх – вниз.
- Чередование движений языка при опущенном вниз кончике языка: отодвинуть язык вглубь рта – приблизить к зубам.

Комплекс артикуляционных упражнений для свистящих звуков

"С", "З", "Ц" (Разработан Фомичевой М. В.)

Упражнение 1. Загнать мяч в ворота.

Наша задача: в этом упражнении ребенок будет учиться направлять длинную направленную струю воздуха.

Выполнение упражнения:

Положите на стол два кубика – это ворота. И рядом с воротами на стол перед ребенком положите ватный шарик. Ребенок вытягивает вперед губы

трубочкой, дует на шарик и пытается загнать его в ворота из кубиков.

На что надо обратить внимание:

- Щеки не надувать, может придержать их руками, чтобы проконтролировать себя.
- Струя воздуха должна быть длительной и без перерывов – один длинный выдох.

Упражнение 2. Накажи непослушный язычок.

Наша задача: научить ребенка удерживать язык широким и расслабленным. И продолжать вырабатывать направленную воздушную струю.

Выполнение упражнения:

Ребенок, приоткрывая рот, кладет язык на нижнюю губу и, пошлепывая губами, произносит пя-пя-пя. Затем он открывает рот и держит язык расслабленным, широким и лежащим на нижней губе.

– язычок отдыхает и поет песенку пя-пя-пя.

На что надо обратить внимание:

- Нижняя губа не должна подворачиваться.
- Края языка касаются уголков рта – язык действительно очень широкий.
- Похлопываем язычок губами несколько раз на одном выдохе, при этом струя воздуха идет плавно, не прерываясь, без задержки дыхания.
- Ребенок может проверить правильность выполнения упражнения так — поднесите к его рту ватку, и она будет отклоняться. Детям такая самопроверка всегда очень нравится.

Упражнение 3. Широкий язычок – блинчик.

Задача: научить ребенка удерживать язык в спокойном расслабленном состоянии.

Выполнение упражнения:

Нужно улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу и удерживать его в этом состоянии под счет от одного до пяти – десяти.

На что надо обратить внимание, следя за выполнением упражнения в зеркале:

- Губы должны быть расслаблены в улыбке.
- Нижняя губа не должна подворачиваться.
- Язык не должен «убегать» далеко – он просто прикрывает нижнюю губу.
- Боковые края языка касаются уголков рта – он расслаблен.

Упражнение 4. Кто дальше загонит мяч?

Задача: отработать правильную воздушную струю – воздух идет посередине языка, струя воздуха плавная, длительная, непрерывная.

Выполнение упражнения:

Нужно улыбнуться, положить широкий передний край языка на нижнюю губу. Далее произносить долго звук ф.

Обратить внимание:

- Нижняя губа не должна натягиваться на нижние зубы.
- Щеки не надувать.
- Произносить надо звук ф, а не х – именно при звуке ф струя воздуха узкая.

Упражнение 5. Почистим зубы.

Задача: Научить удерживать кончик языка за нижними зубами – это требуется для произношения свистящих звуков.

Выполнение упражнения:

Улыбнуться, приоткрыть рот. Кончиком языка почистить нижние зубы. Делать сначала движения языком из стороны в стороны, а затем снизу вверх.

На что надо обратить внимание:

- Губы в улыбке и неподвижны в течение всего упражнения.
- При движении из стороны в стороны язык находится у десен, а не у верхнего края зубов.
- При движении снизу вверх, кончик языка должны быть широким и двигаться от корня зубов вверх.

Комплекс № 5

Артикуляционная гимнастика Емельянова Виктора Вадимовича

(г. Москва, Россия) – доцент, консультант по управлению голосом и развитию голосового аппарата, педагог, кандидат педагогических наук, исследователь, автор обучающей программы «Фонопедический метод развития голоса»

1. Слегка покусать зубами кончик языка.
2. Слегка покусывая всю поверхность языка, высовывать его вперед и убирать назад.
3. Пожевать язык попеременно левыми и правыми боковыми зубами с закрытым ртом.
4. Круговым движением провести языком между губами и зубами при закрытом рте сначала в одну сторону, затем – в другую, как бы очищая зубы.
5. Упереться острым языком попеременно в верхнюю и нижнюю губы, правую и левую щёки, как бы протыкая их насквозь.
6. Пощёлкать языком, меняя объем рта так, чтобы звуковысотность щелчка менялась. (Игровое задание: разные по величине лошадки по-разному цокают копытами. Большие- медленно и низко, маленькие пони – быстро и высоко. Выстроить звуковысотные унисон и двухголосие).
7. Покусать попеременно верхнюю и нижнюю губы по всей длине от угла до угла.
8. Вытянуть щёки, закусив их изнутри боковыми зубами и громко чмокнуть.
9. Оттопырить и вывернуть нижнюю губу, открыв нижние зубы и дёсны и придав лицу обиженное выражение.
10. Поднять верхнюю губу, открыв верхние зубы и дёсны и придав лицу радостное выражение.
11. Чередовать два предыдущих движения в ускоряющемся темпе.

12. Прищурить глаза, оставив узкие щёлочки, а затем широко открыть их. Прикоснуться указательными пальцами к мышцам под глазами и ощутить пальцами работу этих мышц.

13. Прищуривать попеременно глаза (подмигивать).

14. Прикоснуться указательными пальцами к мышцам под глазами и ощутить пальцами работу этих мышц.

15. Сильно наморщить переносицу и расслабить её. Прикоснуться указательными пальцами к переносице и ощутить пальцами работу мышц.

16. Наморщив переносицу, широко открыть глаза и поднять мышцы под глазами и брови.

17. Кончиками пальцев обеих рук, надавливая и сдвигая кожу (не тереть!), массировать лицо сверху вниз.

18. Кончиками пальцев обеих рук, интенсивно постукивая, массировать лицо, пока оно не «загорится».

19. Поставить пальцы на челюстно-височные суставы («замочки») и помассировать их круговыми движениями, открывая и закрывая рот

20. Исходное положение: взять левой рукой правый локоть, кисть правой руки сжать в кулачок и большим пальцем к себе подставить под подбородок («Положить подбородок на кулачок»). Выдвигать нижнюю челюсть вперед и убирать на место.

21. И.П.: то же. Выдвинуть нижнюю челюсть вперед и вернуться в И.П.

22. И.П. то же. Выдвинуть нижнюю челюсть вперед и открыть рот движением носа вверх, не отрывая подбородок от кулачка, а левую руку от туловища.

23. И.П. то же. Выдвинуть нижнюю челюсть вперед, оттопырить нижнюю губу и открыть рот движением вперед-вверх, не открывая подбородок от кулачка, как в предыдущем задании.

24. И.П. то же. Выдвинуть нижнюю челюсть вперед, оттопырить нижнюю губу, поднять верхнюю и открыть рот движением вверх, как в предыдущем задании.

25. И.П. то же. Выдвинуть нижнюю челюсть вперед, оттопырить нижнюю губу, поднять верхнюю, наморщить переносицу и подняв мышцы под глазами, открыть рот круговым движением вверх, как в предыдущем задании.

26. И.П. то же. Выдвинуть нижнюю челюсть вперед, оттопырить нижнюю губу, поднять верхнюю, наморщить переносицу, поднять мышцы под глазами, широко открыв глаза и подняв брови, открыть рот круговым движением вверх, как в предыдущем задании.

27. Выполнив предыдущее задание 1 раз, и не меняя положения артикуляционных органов, убрать кулачок и поставить голову прямо, глядя перед собой. В этом положении сделать четыре движения языком вперед-назад, скользя по верхним боковым зубам. Челюсти и губы неподвижны. Дышать спокойно и бесшумно.

Комплекс № 6

Разработка мягкого неба

1. «Пасть льва» - зевок с закрытым ртом.
2. «Маляр» - расслабленным языком в виде лопатки достать до мягкого неба и вернуться к верхним альвеолам (основания верхних зубов).
3. Произносить согласные звуки с зевком.
4. Имитировать звук полоскания горла.

Разработка нижней челюсти

1. «Противостояние» нижняя челюсть давит вниз, кулачки давят снизу на челюсть, рот слегка приоткрыт.
2. Движение челюсти вперед – назад, круговые движения.

Разработка щек

1. Надувание и втягивание обеих щек.
2. «Полоскание» перегонка воздуха из одной щеки в другую, затем под верхнюю губу и под нижнюю.
3. «Шарик» напрягаем губы и щеки, пытаемся пальцами рук преодолеть их сопротивление и вытолкнуть воздух из полости рта наружу (после упражнения в губах должно быть легкое покалывание)
4. «Рыбка» - втянуть щеки в ротовую полость, нижняя челюсть опущена, губы собраны в «рыбий рот», смыкать и размыкать.

Разработка губ

- 1.«Улыбка хоботок» - зубы сомкнуты, улыбнуться с напряжением, обнажив зубы, затем с напряжением вытянуть губы вперед трубочкой, удерживать на счет 10.
2. «Хоботок» - движение губ вверх, вниз в стороны, круговые движения, зубы сомкнуты.
3. «Лошадка» - пофыркать как лошадка.

Скороговорки

Скороговорка — это короткая, синтаксически правильная фраза на любом языке с искусственно усложнённой артикуляцией. Скороговорки содержат близкие по звучанию, но различные фонемы (например, с и ш) и сложные для произношения сочетания фонем. Зачастую содержат аллитерации и рифмы.

Правила работы со скороговорками.

Несмотря на видимую простоту скороговорки как речевого тренажера, работать с ними нужно грамотно.

Во-первых, очень важен правильный подбор скороговорок. Начинать нужно с простых, коротких, рифмованных скороговорок (например, «Белые бараны били в барабаны»). Так же подбирать скороговорки для детей нужно, учитывая индивидуальные дефекты речи. Сейчас легко подобрать скороговорки для отработки каждого звука. Кроме того, желательно выбрать скороговорку, интересную для детей, с забавным сюжетом.

Необходимо поставить перед ребенком реально достижимую цель.

Недопустимо использовать скороговорки, если у ребенка отсутствует правильное произношение звука, часто повторяющегося в скороговорке.

Ускорять темп произнесения скороговорки постепенно.

Последовательность работы над скороговорками:

Взрослый произносит скороговорку очень быстро и четко. Ребенку должно понравиться, как это звучит. Это даст стимул для того, чтобы научиться произносить скороговорку так же, как взрослый.

Теперь произнесите скороговорку в нормальном темпе. Спросите у учащегося, о чем она, все ли слова понятны.

Еще раз закрепите правильное расположение органов артикуляции при произношении звука, часто повторяющегося в скороговорке.

Начинайте повторять скороговорку вместе с ребенком в медленном темпе. Исправляйте, если он неправильно произносит звуки.

Когда произношение закреплено, начинайте проговаривать предложение быстрее. Если у ребенка возникают трудности, остановитесь пока на комфортной для ребенка скорости произношения скороговорки.

Предложите ребенку произнести скороговорку очень тихо, затем очень громко, затем беззвучно. Пусть произнесет ее тонким голосом, затем грубым голосом, пропоет ее. Можно изменять интонацию предложения: произнести его нежно, грозно, в виде вопроса, радостно, грустно.

Можно поиграть: успеть проговорить скороговорку, пока подбросишь мячик, пока обернешься вокруг своей оси и т.п.

Если детей несколько – можно устроить соревнование: кто быстрее расскажет скороговорку, кто знает больше разных скороговорок для детей.

Для разучивания скороговорок с успехом можно использовать интерактивные игрушки типа читающей ручки "Сотто". Скороговорки можно записать на стикере и наклеить их на разные предметы, находящиеся в кабинете.

Распевки – скороговорки

Можно брать любые мелодии на тексты скороговорок.

- | | |
|---|---|
| • Вез корабль карамель
Наскочил корабль на мель
И матросы три недели
Карамель на мели ели. | Думал – думал – думал –
думал,
В это время ветер дунул,
И забыл о чём я думал. |
| • Ди-ги,ди-ги дай
Ди-ги,ди-ги дай
Ди-ги,ди-ги
Ди-ги,ди-ги
Ди-ги,ди-ги дай. | • Чики-чики-чики - «раз»,
Чики-чики-чики - «два»,
Чики-чики-чики - «три»,
Ты за мною повтори.
Эти лёгкие слова,
Чики-чики «три» и «два». |
| • Думал – думал – думал –
думал, | Улыбнись и повтори, |

Чики-чики «раз», «два»
«три».

Чтобы мухи, просто так,
покачались в гамаке.

- Свил паук себе гамак в
уголке, на потолке,

Скороговорки

1. (Б,р) - Бредут бобры в сыры
боры. Бобры храбры, а для
бобрят добры.
2. (Б,р) - Все бобры добры для
своих бобрят.
3. (Б,д) - Добры бобры идут в
боры, а дровоколорубы
рубят дубы
4. (Б) - Белый снег, белый мел,
белый заяц тоже бел. А вот
белка не бела - белой даже не
была.
5. (Б,в) - Столы белодубовые,
гладко-тесо-выструганные.
6. (Б,п) - Бык тупогуб,
тупогубенький бычок, у быка
бела губа была тупа.
7. (Б) - Окул бабу обул, да и
Окула баба обула.
8. (В,л) - Вавилу ветрило
промоклоськвозило.
9. (В,п) - Водовоз вёз воду из-
под водопровода.
10. (В,л,д) - Не видно - ликвидны
акции или не ликвидны.
11. (В,щ,ш) -
Расчувствовавшаяся Варвара
расчувствовала
нерасчувствовавшегося
Вавилу.
12. (В,с) - Свиристель свиристит
свирелью.
13. (В,т,р) - Тридцать три
корабля лавировали,
лавировали, да не
вылавировали.
14. (В,р,ч) - Разнервничавшаяся
Вавилонянка Варвара,
разнервничала в Вавилоне,
неразнервничавшегося
вавилонянина
ВавилуВавилонейского.
15. (В,р) - Выдра у выдры
норовила вырвать рыбу
16. (Г,в,л) - Наш голова вашего
голову головой переголовил,
перевыголовил.
17. (Д,б,л) - Дятел дуб долбил,
долбил, продалбливал, да не
продолбил и не выдолбил.
18. (Д,л,г,з) -
Деидеологизировали-
деидеологизировали, и
додеидеологизировались.
19. (Д,р) - Два дровосека, два
дроворуба, два дровокола
говорили про Ларьку, про
Варьку, про Ларину жену.
20. (Ж,в) - Вожжи из кожи в
хомут вхожи.
21. (Ж) - У ежа ежата, у ужа
ужата.
22. (Ж) - Жужжит-жужжит
жужелица, жужжит да
кружится. Говорю ей, не
жужжи, не кружись, а ты
лучше спать ложись. Всех
соседей перебудешь, коль
жужжать под ухом будешь.
23. (Й,р,в) - Ярослав и
Ярославна
Поселились в Ярославле.
В Ярославле живут славно
Ярослав и Ярославна.
24. (К,б) - В Кабардино-
Балкарии валокордин из Болгарии.

25. (К,в) - Все скороговорки не перевыскороговоришь.

26. (К,п) - Вбили кол в частокол, подприколошматили.

27. (К,т,р) - У Кондрата куртка коротковата

28. (К,н,л) - Это колониализм? - Нет, это не колониализм, а неоколониализм!

29. (К,п,р) - Из-под Костромы, из-под Костромищи шли четыре мужичищи. Говорили они про торги, да про покупки, про крупу, да про подкрупки.

34. (К,р,л) - Карл украл у Клары кораллы, а Клара украла у Карла кларнет.

35. (К,р,в,л) - Королева кавалеру подарила каравеллу.

36. (К,р,м,н) - Курфюрст скомпрометировал ландскнехта.

37. (К,р) - Курьера курьер обгоняет в карьер.

38. (К,с,в) - Кокосовары варят в скорококосоварках кокосовый сок.

39. (К,п) - Купи кипу пик. Кипу пик купи. Пик кипу купи.

40. (К,с) - Коси, коса, пока роса, роса долой - и мы домой.

41. (К,л,б) - Наш Полкан из Байкала лакал. Лакал Полкан, лакал, да не мелел Байкал.

42. (К,л,ц) - Около колодца кольцо не найдётся.

43. (К,т,н) - Разнервничавшегося конституционалиста Константина нашли акклиматизировавшимся в конституционном городе Константинополе и со спокойным достоинством изобретавшим усовершенствованные пневмомешко-выколачиватели.

44. (К,л,п,в) - Сшит колпак, не по-колпаковски, вылит колокол, не

30. (К,з,с) - Идёт с козой косою козёл.

31. (К,л) - Колотил Клим в один блин клин.

32. (К,р,г) - Краб крабу сделал грабли, подарил грабли крабу - грабь граблями гравий, краб.

33. (К,ш,п,н) - Кукушка кукушонку купила капюшон, надел кукушонок капюшон, в капюшоне кукушонок смешон.

по-колоколовски. Надо колпак переколпаковать, перевыколпаковать. Надо колокол переколоковать, перевыколоковать.

45. (К,р,л) - Кристалл кристаллизовался, кристаллизовался да не выкристаллизовался.

46. (Л,ч) - Бежит лиса пошесточку: лизни, лиса песочку!

47. (Л,к) - Клавка искала булавку, а булавка упала под лавку.

48. (Л) - Мы ели, ели ершей у ели. Их еле-еле у ели доели.

49. (Л,н) - На речной мели мы на налима набрали.

50. (Л,м,н) - На мели мы налима лениво ловили, Меняли налима вы мне на линия. О любви не меня ли вы мило молили, и в туманы лимана манили меня.

51. (Л) - Полили ли лилию? Видели ли Лидию? Полили Лилию, видели Лидию.

52. (Л,б) - Маланья-болтунья молоко болтала, выбалтывала, да не выболтала.

53. (Л,к) - В Луку Клим луком кинул.

Упал Ипат - пропали пять лопат.
80. (П,р) - Перпендикуляры рисуют без транспортиров.

81. (П,р,т) - Променяла Прасковья карася

На три пары полосатых поросят.

Побежали поросята по росе,
Простудились поросята, да не все

82. (Р,п,т,к) - Забыл Панкрат кондратов домкрат. Теперь Панкрату без домкрата не поднять на тракте трактор.

87. (Р,в) - На дворе трава, на траве дрова. Не руби дрова на траве двора!

88. (Р,к) - Ехал грека через реку, видит грека - в реке рак. Сунул грека руку в реку, рак за руку греку - цап!

89. (Р,п) - Рапортовал, да не дорапортовал, дорапортовывал, да зарпортовался.

90. (Р,л) - Рыла свинья белорыла, тупорыла, полдвора рылом изрыла, вырыла, подрыла. На то Хавронье и дано рыло, чтобы она рыла.

91. (Р) - На горе Арарат корова рогами горох собирала.

92. (Р,л,г) - Регулировщик лигуриец регулировал в Лигурии.

93. (Р,м,т) - Собирала Маргарита маргаритки на горе, растеряла Маргарита маргаритки во дворе.

94. (С,н) - Носит Сеня сено в сени, спать на сене будет Сеня.

95. (С,м,н) - В семеро саней семеро Семёнов с усами уселись в сани сами.

96. (С,к,в,р) - Скороговорунскороговорилскоровыговаривал, что всех скороговорок не перескороговоришь не перескорovyговоришь, но

83. (Р,г) - На ура у гуру инаугурация прошла.

84. (Р,т,в) - Интервьюер интервьюента интервьюером интервьюировал, интервьюировал, да не выинтервьюировал.

85. (Р,л) - Орёл на горе, перо на орле. Гора под орлом, орёл под пером.

86. (Р,м,н) - Роман Кармен положил в карман роман Ромена Роллана и пошёл в "Ромэн" на "Кармен".

заскороговорившись, выскороговорил - что все скороговорки перескороговоришь, перескорovyговоришь. И прыгают скороговорки как караси на сковородке.

97. (С,к,п,р) - Как всех скороговорок не перескороговорить, не перескорovyговоришь, так и всех скоропословиц не перескоропословить, не перескорovyпословить, и только все скоропоговорки можно перескоропоговорить, перескорovyпоговорить!

98. (С,к) - Везёт Сенька Саньку с Сонькой на санках. Санки скок, Сеньку с ног, Соньку в лоб, все в сугроб.

99. (С) - У осы не усы, не усищи, а усики.

100. (С,м,н) - У Сени с Саней в сетях сом с усами.

101. (С,к,р) - Хитрую сороку поймать морока, а сорок сорок - сорок морок.

102. (С,нь,к) - Везёт Сенька Саньку с Сонькой на санках. Санки скок, Сеньку с ног, Саньку в бок, Соньку в лоб, все в сугроб.

103. (С,р,т) - Баркас приехал в порт Мадрас.
Матрос принёс на борт матрас.
В порту Мадрас матрас матроса
Порвали в драке альбатросы.
104. (Т,р,с) - Вахмистр с
вахмистршей, ротмистр с
ротмистршей.
105. (Т) - Стоит, стоит у ворот Бык
тупо-губо-широкорог.
110. (Т) - Не ходи то-то по то-то, не
проси то-то того-то - вот тебе то-то
за то-то.
111. (Т,к) - Турка курит трубку,
курка клюёт крупку. Не кури турка
трубку, не клюй курка крупку.
112. (Ф,ч,н) - У Феофана
Митрофаныча три сына
Феофаныча.
113. (Ф) - Фофанова фуфайка
Фефёле впору.
114. (Ф,д,б,р) - Дефибриллятор
дефибриллировалдефибриллировал
да не выдефибриллировал.
115. (Ф,р) - Фараонов фаворит на
сапфир сменял нефрит.
116. (Ф,л,в) - Была у Фрола, Фролу
на Лавра наврала, пойду к Лавру,
Лавру на Фрола навру.
117. (Х,т) - Хохлатые хохотушки
хохотом хохотали: Ха! Ха! Ха!
118. (Х,ч,п) - Был в саду
переполох -
Там расцвёл чертополох.
Чтобы сад твой не заглох,
Прополи чертополох.
119. (Х,щ) - Хрущи хватают хвощи.
Охапки хины хватает на щи.
120. (Ц,п) - Цыплёнок цапли цепко
цеплялся за цеп.
121. (Ц,х) - Цапля чахла, цапля
сохла, цапля сдохла.
106. (Т,к) - Ткёт ткач ткани на
платки Тане.
107. (Т,к) - Толком толковать, Да
без толку расперетолковывать.
108. (Т,ть) - Ест Федька с водкой
редьку, ест водка с редькой Федьку.
109. (Т,р) - Торопке порка не впрок.
Торопке корка впрок.
122. (Ц,р) - Съел молодец тридцать
три пирога с пирогом, все с
творогом.
123. (Ц) - Молодец среди овец, а
против молодца сам овца.
124. (Ц,к,п,д,р) - Жили-были три
китайца
Як, Як-Ци-Драк и Як-Ци-Драк-Ци-
Драк-Ци-Дрони.
Жили-были три китайки
Цыпа, Цыпа-Дрипа и Цыпа-Дрипа-
Лимпомпони.
Вот они переженились:
Як на Цыпе Як-Ци-Драк на Цыпе-
дрипе
Як-Ци-Драк-Ци-Драк-Ци-Дрони на
Цыпе-Дрипе-Лимпомпони.
И у них родились дети:
У Яка с Цыпой - Шах,
У Як-Цы-драка с Цыпой-дрипой -
Шах-Шахмони,
У Як-Ци-Драк-Ци-Драк-Ци-Дрони
С Цыпой-Дрипой-Лимпомпони -
Шах-Шахмони-Лимпомпони.
125. (Ч,т) - Четверть четверика
гороха, без червоточинки.
126. (Ч,щ,ш) - Чешуя у щучки,
щетинка у чушки.
127. (Ч) - Наша дочь речистая, у неё
речь чистая.
128. (Ч) - Черепаха, не скучая, час
сидит зачашкойчая.
129. (Ч,р) - Четыре чёрненьких
чумазеньких чертёнка чертили

чёрными чернилами чертёж
чрезвычайно чисто.

130. (Ч,р) - У четырёх черепашек
по четыре черепашонка.

131. (Ч) - Обычай бычий, ум
телячий.

132. (Ч,ш) - Летят три пичужки
через три пустых избушки.

133. (Ш,с) - Шла Саша по шоссе,
несла сушку на шесте и сосала
сушку.

134. (Ш) - Даже шею, даже уши ты
испачкал в чёрной туши. Становись
скорей под душ. Смой с ушей под
душем тушь. Смой и с шеи тушь
под душем. После душа вытрись
суше. Шею суше, суше уши, и не
пачкай больше уши.

135. (Ш) - Высшие эшелоны
шествовали подшофе.

136. (Ш,ж) - В шалаше шуршит
шелками желтый дервиш из
Алжира и, жонглируя ножами,
штуку кушает инжира.

137. (Ш) - Шёл Шишига по шоссе,
шёл шурша штанами. Шаг шагнёт,
шепнёт: "Ошибка". Шевельнёт
ушами.

138. (Ш) - Шесть мышат в камышах
шуршат.

139. (Ш) - Самшит, самшит, как ты
крепко сшит.

140. (Ш,м) - Яшма в замше
замшела.

141. (Ш) - Шли сорок мышей,
несли шестнадцать грошей, две
мышы поплоче несли по два гроша.

142. (Ш,к) - Два щенка щека к щеке
щиплют щёку в уголке.

143. (Ш,р) - Стаффордширский
терьер ретив, а черношерстный
ризеншнауцер резв.

144. (Ш,с) - У Саши в каше
сыворожка из-под простокваши.

145. (Ш,к) - У Сашки в кармашке
шишки и шашки.

146. (Ш,к,в,р) - Кашевар кашу
варил, подваривал да недоваривал.

147. (Ш,ж) - Поршень - не
шершень:

не жужжит, тихо скользит.

148. (Ш,р,к) - У крошки матрёшки
пропали серёжки.

Серёжки Серёжка нашёл на
дорожке.

149. (Ш,с,к) - Глядят подсолнухи на
солнышко,

А солнышко - на подсолнушки.

Но подсолнухов много у солнышка,

А солнышко одно у подсолнушка.

Под солнцем подсолнух солнечно
смеялся пока зрел.

Созрел, подсох, склевался.

150. (Ш,р) - Шарик
шарикоподшипника шарят по
подшипнику.

151. (Ш,с) - Саша шустро сушит
сушки.

Сушек высушил штук шесть.

И смешно спешат старушки

Сушек Сашиных поесть.

152. (Ш,п,к) - У Ерёмы и Фомы
кушаки - во всю спину широки,
Колпаки переколпачены, новы,
Да шлык хорошо сшит, шитым
бархатом покрыт.

153. (Ш,р) - Шушера шушере
шуршала,

Что шурша шушере шуршать
мешала.

154. (Ш) - Мамаша Ромаше дала
сыворотку из-под простокваши.

155. (Ш,к) - Трошкина шавка

Укусила Пашку.

Бьёт Пашка шапкой

Трошкину шавку.

156. (Ш,к,ч) - Под горой у сосновой опушки

Жили-были четыре старушки,
Все четыре большие болтушки.

Целый день на пороге избушки
Тараторили, будто индюшки.

Замолкали на соснах кукушки,
Выползали из лужи лягушки,

Тополя наклоняли макушки -

Услыхать, что болтают старушки.

157. (Ш,к,п) - Пашкина шавка укусила Павку за ногу, бьёт Павка шапкой Пашкину шавку.

158. (Щ,т) - Тщётно тщится щука ущемить леща.

159. (Щ,т) - Тащу, тащу... боюсь не дотащу,

Но точно не выпущу.

160. (Щ,ж,ц) - В луже, посредине роши

Есть у жаб своя жилплощадь.

Здесь живёт ещё жилец -

Водяной жук-плавунец.

161. (Щ,ж,ч) - Поезд мчится скрежеща: ж, ч, ш, щ, ж, ч, ш, щ.

162. (Щ,ч) - Щеночкам щёточками чистили щёчки.

163. (Щ,ч) - Этой щёткой чищу зубы,

Этой чищу башмаки,

Этой чищу свои брюки,

Эти щётки все нужны.

164. (Щ,т) - Волки рыщут - пищу ищут.

Примеры скороговорок.

Тренировка согласных: Б-П, В-Ф, Г-К, Д-Т и Х

1. Бык топогубтопогубенький

бычок, у быка бела губа была тупа

2. Колпак на колпаке, под колпаком колпак

3. От топота копыт пыль по полю летит

4. Верзила Вавила весело ворочал вилы

5. В поле полет Фрося просо,
сорняки выносит Фрося

6. У Феофана Митрофаныча три сына Феофаныча

7. Брит Клим – брат, брит Глеб – брат, брат Игнат – бородат.

8. Ткет ткач ткани на платки Тане

9. Хитри, да не перехитри

Тренировка согласных: Л, М, Н, Р

1. На дворе трава, на траве дрова.

Не руби дрова на траве двора

2. Карл у Клары украл кораллы, а Клара у Карла украла кларнет

3. Маланья болтунья молоко болтала, выбалтывала, да не выболтала

4. Орел на горе, перо на орле, гора под орлом, орел под пером

5. Не жалела мама мыла. Мама

Милу мылом мыла. Мила мыло не любила, Мила мыло уронила.

Тренировка согласных: С, З, Ш, Ж, Ч, Щ, Ц

1. У Сени и Сани в сетях сом с усами.

2. По семеро в сани уселися сами

3. Цапля чахла, цапля сохла, цапля сдохла

4. Чешуя у щучки, щетинка у чушки

5. У ежа – ежата, у ужа – ужата

6. Течет речка, печет печка

7. Щипцы да клещи – вот наши вещи

8. Около колодца кольцо не найдется.

5. Дыхание. Работа над дыханием.

Дыхание является фундаментом, на котором формируется певческий голос. Певческое дыхание отличается от обычного, так как служит для звукообразования.

Существуют различные типы певческого дыхания: ключичное (участвуют мускулы верхней части грудной клетки); нижнереберное (расширяются нижние ребра); диафрагмальное или брюшное (опускается диафрагма). Наиболее приемлемый вариант певческого дыхания – диафрагмальный.

Диафрагмальный тип дыхания от природы встречается редко и его освоение составляет большие трудности.

Певческое дыхание можно воспитывать двумя способами: развивая дыхательную мускулатуру специальными упражнениями вне пения и развивая дыхание на вокальных упражнениях.

Упражнения для развития навыков носового дыхания в движении:

1 упр. Вдох – поворот головы влево, выдох – исходное положение. То же вправо. (10 раз).

2 упр. Вдох – откинуть голову назад до касания затылком спины. Выдох – исходное положение. (10 раз).

3 упр. Вдох – наклон головы влево (ухо касается предплечья). Выдох – исходное положение. То же влево. (10 раз).

4 упр. Вдох носом. На выдохе – вращательные движения головой слева–направо. То же справа – налево. (5 раз).

5 упр. Вдох носом. На выдохе поднять и опустить плечи 3-5 раз на одном дыхании. (5 раз).

Упражнение на тренировку брюшного пресса: активные движения передней стенки живота (“выпячивание” – при вдохе, “втягивание” – при выдохе). Необходимо следить за тем, чтобы при вдохе не поднимались плечи, не напрягались мышцы шеи.

Надуй шарик. «Надувая шарик» широко развести руки в стороны и сделать глубокий вдох, затем медленно сводить руки, соединяя ладони перед грудью и выдувая воздух – «ссс». Для правильного вдоха рекомендуются сравнения: «Вдохни так, чтобы воздух дошел до пояса», «вдохни глубоко, с удовольствием, как будто нюхаешь душистый красивый цветок». Взяв дыхание, не следует сразу выдыхать воздух. Необходима небольшая задержка дыхания, затем очень экономный, продолжительный выдох.

Упражнения на дыхание вне пения

Упр. «Свеча» (ровный, медленный выдох). Глубоко вдохнем, остановимся и станем медленно дуть на воображаемое пламя свечи. Постараемся сделать так, чтобы пламя легло, и будем держать его в таком

положении до конца выдоха.

Возьмем узкую полоску бумаги и используем ее как свечу. При правильном ровном выдохе она отклоняется и находится в этом положении. Если выдох прерывистый, полоска то поднимается, то опускается, то дрожит. Необходимо добиваться правильного, ровного выдоха.

Упр. «Упрямая свеча» (интенсивный выдох). Как ощутить движение нижней части живота, который так же принимает активное участие в дыхании? Вдохнем, на секунду задержим дыхание, затем подуем на свечу. Захотим погасить пламя – усилим интенсивность выдоха. Сильнее. Еще сильнее!

Упр. «Погашу свечу» (интенсивный прерывистый выдох). Вдох, секундная задержка дыхания. Затем короткими толчками выдыхаем воздух на свечу: фу! фу! фу! фу ... Не гаснет. Еще интенсивнее и резче толчки выдоха.

Упр.«Зов». Дети встают полукругом. Лучше проводить эту игру на улице, на открытом пространстве или в помещении с хорошей акустикой. По сигналу руководителя дети набирают воздух, делая вдох, и начинают выкрикивать слова «речка», «печка», немного потянув гласный: ре-е-чка-а, пе-е-чка-а. Слова произносятся громко и четко. Это звучит как зов. Голосом нужно посылать слово куда-то вдаль (за крышу, в небо). Игра продолжается до тех пор, пока все дети не начнут произносить слова громко и весело, нараспев, правильно взяв дыхание.

Дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой (упражнения, правила)

Правила дыхательной гимнастики Стрельниковой.

- 1. Вводный урок.** Начните гимнастику с первых трёх упражнений. — «Ладони» выполнить 4 шумных, коротких вдоха носом. Затем отдых (пауза) 3-5 секунд и снова 4 шумных вдоха носом. Так проделать 24 раза по 4 вдоха-движения. Получится 96 вдохов-движений, так называемая «стрельниковская сотня». — «Погончики» делать уже по 8 вдохов-движений («восьмёрка»). Затем отдых 3-5 секунд и снова 8 вдохов-движений. Так 12 раз по 8, то есть 96 вдохов-движений («сотня»). — «Насос» 12 раз по 8 вдохов-движений, отдыхая 3-5 секунд после каждой «восьмёрки».

На этом вводный урок заканчивается (3 упражнения). Его надо повторить 2 раза — утром и вечером. Повторяя урок вечером, сделайте первое упражнение уже не по 4, а по 8 вдохов-движений, т.е. 12 раз по 8. На следующий день добавьте ещё одно упражнение — «Кошка», тоже 12 раз по 8 вдохов-движений. Вечером урок повторить (4 упражнения). Так, с каждым днём надо добавлять по одному упражнению.

2. «Сотни». Первое время делайте 12 раз по 8 вдохов-движений («сотня»). Затем можно выполнять 6 раз по 16 вдохов-движений («сотня») или 3 раза по 32 вдоха-движения («сотня»). Отдых и после 16 и после 32 вдохов-движений 3-5 секунд. Если вам этого мало, можно продлить отдых до 10 секунд, но не дольше.

— Если вы уже делаете не по 8, а по 32 вдоха-движения, то всё равно мысленно отсчитывайте восемь. Цифр 9, 10 ... 15 и т.д. в гимнастике Стрельниковой нет, счёт идёт только по 8.

— Если вы уже хорошо тренированы и легко делаете по 32 вдоха-движения, и вам хочется выполнять подряд 96 («сотню»), то рекомендуется всё же делать по 32 вдоха-движения. Иначе есть опасность «зарваться», и тогда гимнастика Стрельниковой перестанет вам помогать.

3. Дыхание.



Вдох носом короткий, шумный. Выдох должен осуществляться через рот после каждого вдоха (не видно и не слышно). Ни в коем случае не задерживайте и не выталкивайте выдох! Вдох — предельно активный, выдох — абсолютно пассивный.

— Шумный, короткий вдох носом делается при сомкнутых губах. Специально сжимать губы в момент вдоха нельзя, они смыкаются слегка, абсолютно свободно и естественно. После вдоха губы (сами, без помощи) слетка разжимаются — и выдох совершается через рот. Помогать вдоху мышцами лица (гримасничать) категорически запрещается! Запрещается также в момент вдоха поднимать нёбную занавеску, посылать воздух в глубь тела, выпячивая при этом живот. Не думайте о том, куда идёт воздух, думайте только о шумном и коротком вдохе.

— Плечи, в момент вдоха, поднимать нельзя! Если плечи всё-таки поднимаются, а грудь выпячивается, встаньте перед зеркалом и постарайтесь насильственно удерживать плечи в спокойном состоянии.

4. Делайте за один урок весь комплекс, а не несколько «сотен» одного какого-то упражнения. Занимайтесь утром (30 минут) и вечером (30 минут). При плохом самочувствии делайте дыхательную гимнастику Стрельниковой несколько раз в день. И вам станет легче.

5. Делайте дыхательную гимнастику утром — до еды, а вечером — либо до еды, либо через час-полтора после. Людям, страдающим гастритами, колитами, язвой желудка и двенадцатиперстной кишки, рекомендуется делать гимнастику Стрельниковой только до еды.

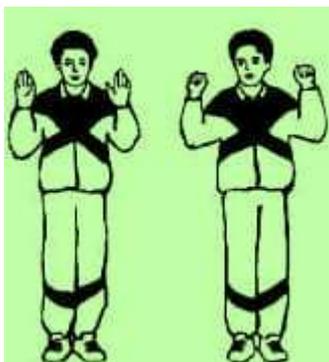
6. Если у вас мало времени, сделайте весь комплекс гимнастики не по три «тридцатки» (96), а по одной (32 вдоха-движения) каждого упражнения, начиная с «Ладошек» и заканчивая «Шагами». На это уйдёт 5-6 минут.

7. Гимнастикой можно заниматься и детям (с 3-4 лет) и глубоким старикам. Возраст не ограничен. Её можно делать стоя, сидя, а в тяжёлом состоянии — даже лёжа.

8. В среднем нужен месяц ежедневных занятий два раза в день, чтобы почувствовать лечебный эффект при любом заболевании.

9. Не бросайте дыхательную гимнастику Стрельниковой. Занимайтесь ею всю жизнь, хотя бы один раз в день (30 или хотя бы 15 минут), и вам могут не понадобиться лекарства. Эта гимнастика может быть и лечебной, и профилактической.

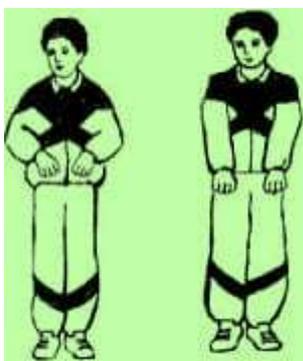
Основной комплекс упражнений



1. «Ладошки». И.П. встаньте прямо, согните руки в локтях и «покажите ладони зрителю». Делайте шумные, короткие вдохи носом и одновременно сжимайте ладони в кулаки.

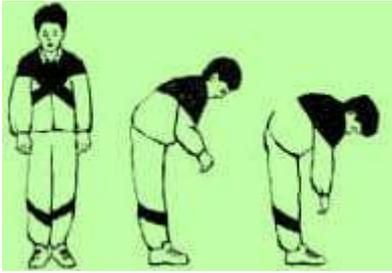
Помните! Вдох носом – активный, выдох через рот — абсолютно пассивный, неслышимый.

Упражнение «Ладошки» можно делать стоя, сидя и лёжа.



2. «Погончики». И.П. встаньте прямо, кисти рук сожмите в кулаки и прижмите к животу на уровне пояса. В момент вдоха резко толкайте кулаки вниз к полу. Затем кисти рук возвращаются в и.п. Выше пояса кисти не поднимать.

Упражнение «Погончики» можно делать стоя, сидя и лёжа.



3. «Насос» («Накачивание шины»). И.П. встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч, руки вдоль туловища.

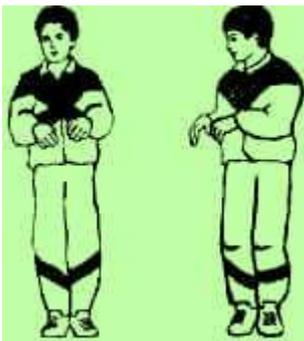
Сделайте лёгкий поклон (руками тянуться к полу, но не касаться его) и одновременно — шумный и короткий вдох носом (во второй половине поклона). Вдох должен кончиться вместе с поклоном. Слегка приподняться, но не выпрямляться, и снова поклон и короткий, шумный вдох «с пола». Поклоны делаются ритмично и легко, низко не кланяйтесь, достаточно поклона в пояс. Спина круглая, а не прямая, голова опущена.

Помните! «Накачивать шину» надо в темпо ритме строевого шага.

Упражнение «Насос» можно делать стоя и сидя.

Ограничения: при травмах головы и позвоночника; при многолетних радикулитах и остеохондрозах; при повышенном артериальном, внутричерепном и внутриглазном давлении; при камнях в печени, почках и мочевом пузыре — низко не кланяйтесь. Поклон делается едва заметно, но обязательно с шумным и коротким вдохом через нос. Выдох делается после каждого вдоха (пассивно) через рот, но не открывайте его широко.

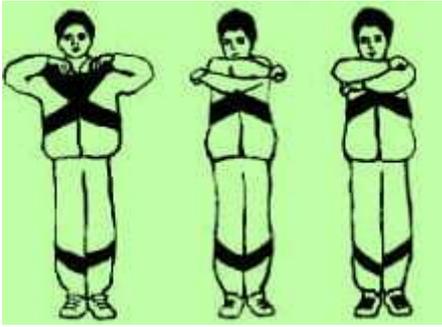
Упражнение «Насос» очень результативное, часто останавливает приступы бронхиальной астмы, сердечный и приступ печени.



4. «Кошка». И.П. встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч (ступни ног не должны отрываться от пола).

Сделайте танцевальное приседание и одновременно поворот туловища вправо — резкий, короткий вдох. Затем такое же приседание с поворотом влево и тоже короткий, шумный вдох. Выдохи происходят между вдохами сами, произвольно. Колени слегка сгибайте и выпрямляйте (приседание лёгкое, пружинистое, глубоко не приседать). Руками делайте хватательные движения справа и слева на уровне пояса. Спина абсолютно прямая, поворот — только в талии.

Упражнение «Кошка» можно делать сидя и лёжа (в тяжёлом состоянии).



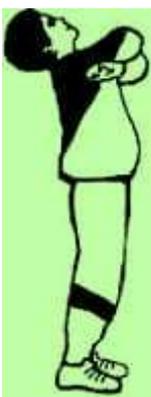
5. «Обними плечи» (вдох на сжатии грудной клетки). И.П. встаньте прямо, руки согнуты в локтях и подняты на уровень плеч.

Бросайте руки навстречу друг другу до отказа, как бы обнимая себя за плечи. И одновременно с каждым «объятием» резко «шмыгайте» носом. Руки в момент «объятия» идут параллельно друг другу, а не крест-накрест, ни в коем случае их не менять (при этом всё равно, какая рука сверху — правая или левая). Широко в стороны не разводить и не напрягать. Освоив это упражнение, можно в момент встречного движения рук слегка откидывать голову назад — «вдох с потолка».

Упражнение «Обними плечи» можно делать стоя, сидя и лёжа.

Ограничения: сердечникам с ишемической болезнью сердца (ИБС), врождёнными пороками, перенесённым инфарктом — в первую неделю тренировок не делать упражнение «Обними плечи». Начинать его нужно со второй недели вместе с другими упражнениями гимнастики Стрельниковой. В тяжёлом состоянии надо делать не по 8 вдохов-движений, а по 4 или даже по 2, затем отдых 3-5 секунд и снова 2 или 4 вдоха-движения.

Женщинам, начиная с шестого месяца беременности в упражнении «Обними плечи» голову назад не откидывать, выполнять упражнение только руками, стоя ровно и смотря прямо перед собой.



6. «Большой маятник» («Насос» + «Обними плечи»). И.П. встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Наклон вперёд, руки тянутся к полу — вдох. И сразу без остановки, слегка прогнувшись в пояснице наклон назад — руки обнимают плечи — и тоже вдох.

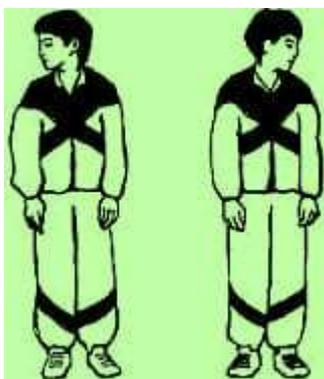
Кланяйтесь вперёд — откидывайтесь назад, вдох «с пола» — вдох «с потолка». Выдох происходит в промежутке между вдохами сам, не задерживайте и не выталкивайте выдох.

Упражнение «Большой маятник» можно делать также сидя.

Ограничения: при остеохондрозе, травмах позвоночника и смещениях межпозвоночных дисков, упражнение «Большой маятник» делайте,

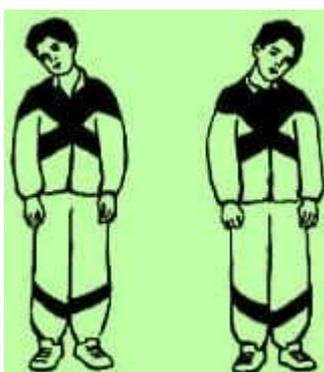
ограничивая движения: слегка кланяясь вперёд и почти не прогибаясь при наклоне назад.

Только хорошо освоив первые шесть упражнений, можно переходить к остальным.



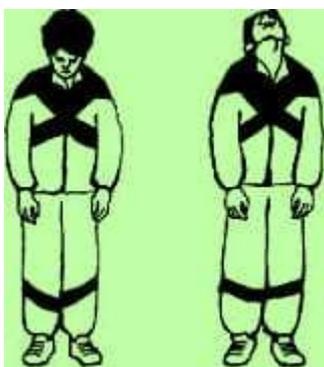
7. «Повороты головы». И.П. встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Поверните голову вправо — сделайте шумный, короткий вдох с правой стороны. Затем поверните голову влево — «шмыгните» носом с левой стороны. Посередине голову не останавливать, шею не напрягать, вдох не тянуть.

Помните! Выдох должен совершаться после каждого вдоха самостоятельно, через рот.



8. «Ушки». И.П. встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Слегка наклоните голову вправо, правое ухо идёт к правому плечу — шумный, короткий вдох. Затем слегка наклоните голову влево, левое ухо идёт к левому плечу — тоже вдох. Смотреть надо прямо перед собой.

Помните! Вдохи делаются одновременно с движениями. Выдох должен происходить после каждого вдоха (не открывайте широко рот).

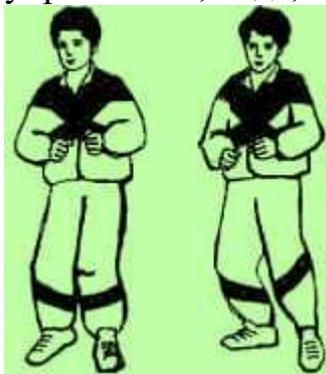


9. «Маятник головой». И.П. встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Опустите голову вниз (посмотрите на пол) — резкий, короткий вдох. Поднимите голову вверх (посмотрите на потолок) — тоже вдох. Выдох должен успевать «уходить» после каждого вдоха.

Не задерживайте и не выталкивайте выдох (он должен уходить через рот, не видно и не слышно, в крайнем случае — тоже через нос).

Ограничения: при травмах головы, вегетососудистой дистонии, эпилепсии; при повышенном артериальном, внутричерепном и

внутриглазном давлении; остеохондрозе шейно-грудного отдела позвоночника — не делайте резких движений головой в упражнениях — «Повороты головы», «Ушки», «Маятник головой». Поворачивайте голову чуть-чуть, но обязательно шумно «шмыгайте» носом. Делайте эти упражнения, сидя, а «Повороты головы» и «Ушки» можно даже лёжа.



10.«Перекаты».

А. И.П. левая нога впереди, правая сзади. Вся тяжесть тела на левой ноге, нога прямая, корпус тоже. Правая нога согнута в колене и отставлена назад на носок, чтобы не потерять равновесие (но на неё не опираться).

Выполните лёгкое танцевальное приседание на левой ноге (нога в колене слегка сгибается), одновременно делая короткий вдох носом (после приседания левая нога мгновенно выпрямляется). Затем сразу же перенесите тяжесть тела на отставленную назад правую ногу (корпус прямой), и тоже на ней присядьте, одновременно резко «шмыгая» носом (левая нога на носке, для поддержания равновесия, согнута в колене, но на неё не опираться). Снова перенесите тяжесть тела на стоящую впереди левую ногу.

Помните:

- 1) приседание и вдох делаются строго одновременно.
- 2) вся тяжесть тела только на той ноге, на которой слегка приседаем.
- 3) после каждого приседания нога мгновенно выпрямляется, и только после этого идёт перенос тяжести тела (перекат) на другую ногу.

Б. И.П. правая нога впереди, левая сзади. Повторите упражнение с другой ноги.

Упражнение «Перекаты» можно делать только стоя.



11.«Шаги».

А. «Передний шаг». И.П. встаньте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Поднимите левую ногу, согнутую в колене, вверх, до уровня живота (от колена нога прямая, носок тянуть вниз, как в балете).

На правой ноге в этот момент сделайте лёгкое танцевальное приседание и короткий, шумный вдох. После приседания обе ноги должны обязательно на одно мгновение принять и.п. Затем поднимите правую ногу, согнутую в

колени, а на левой слегка присядьте, и шумно «шмыгните» носом. Надо обязательно слегка присесть, тогда другая нога легко поднимется вверх до уровня живота. Корпус прямой. Можно одновременно с каждым приседанием и поднятием согнутого колена, делать лёгкое встречное движение кистей рук на уровне пояса.

Упражнение «Передний шаг» можно делать стоя, сидя и даже лёжа.

Ограничения: при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (ИБС, врождённые пороки, перенесённый инфаркт) не рекомендуется высоко (до уровня живота) поднимать ноги. При травмах ног и тромбозах, это упражнение выполнять только сидя и даже лёжа (на спине), очень осторожно, чуть-чуть поднимая колено вверх при шумном вдохе. Пауза — 3-4 секунды после каждых 8 вдохов-движений, можно продлить до 10 секунд. При тромбозах обязательно проконсультируйтесь с хирургом! При мочекаменной болезни и при беременности (начиная с 6-го месяца) в упражнении «Передний шаг» высоко колени не поднимать!

Б. «Задний шаг». И.П. то же. Отведите левую ногу, согнутую в колени, назад, как бы хлопая себя пяткой по ягодицам. На правой ноге в этот момент слегка присядьте и шумно «шмыгните» носом. Затем обе ноги на одно мгновение верните в и.п. — выдох сделан. После этого отводите назад согнутую в колени правую ногу, а на левой делайте лёгкое танцевальное приседание.

Это упражнение делается только стоя.

Помните! Вдохи и движения делаются строго одновременно.

Упражнения на дыхание Л. Шаминой

1. Мягко, по руке взяв глубокое дыхание «в живот», певцы равномерно, медленно, и беззвучно выдыхают воздух, многократно произнося согласную ф. При этом воздушная волна как бы мягко бьет переднюю стенку живота. Все внимание поющих сосредотачивается на глубине дыхания, работе брюшного пресса, сбережение воздуха. Упражнение выполняется при полной физической свободе, мягко, без утрирования. Упражнение без звука следует сочетать с исполнением упражнений на отдельные гласные. В результате тренировок у певцов вырабатывается рефлексивный навык правильного певческого дыхания, ненужное напряжение мышц снимается, их движения становятся скоординированными и целесообразными.

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

3. Хорошо помогает почувствовать глубину дыхания следующее

упражнение. Надо попросить поющего «промычать», «пробасить» гласную *a* как бы «из живота» или «животом» и обязательно ощутить при этом зависимость силы звука от работы диафрагмы и брюшного пресса: как только повышается интонация и усиливается звук, тут же наступает ответная реакция - диафрагма тяжелеет, живот чуть выдвигается вперед. Другими словами, певец должен опять-таки физически ощутить полную взаимосвязь между процессом дыхания и звукообразованием.

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

5. Петь звуки примарной зоны, стараясь как можно дольше удерживать их на дыхании. Каждый звук, взятый по руке дирижера, тянуть ровно и свободно, без толчков, ощущая состояние вдоха, то есть как бы «На себя». Использовать гласные: *ю (y)* / *я (a)*, *ё (o)*. Позднее, когда появятся навыки правильного дыхания, можно перейти к упражнению на филирование звука.

6. Один звук (например, *соль*) тянется на какой-либо слог (*ли, ле, ля*). Руководитель показывает постепенное усиление звука от *piano* к *forte*, затем следует *subitariana*, которое снова приходит к *farte*. И так следует повторять несколько раз, добиваясь эластичного гибкого звука, он должен тянуться, словно «резиновый», «поласкаться» при помощи активной работы стенок диафрагмы живота. Выполнять упражнение следует в медленном темпе, постепенно доводя его до быстрого. Главное - чтобы поющий почувствовал зависимость усиления звука от напряжения мышц живота. Упражнение хорошо тонизирует, помогает быстро обрести ощущение опоры дыхания. Рекомендуется иметь его в частом обиходе и использовать особенно в тех случаях когда певцы в силу каких либо причин перестают петь на опоре.

6. Музыкально-выразительные средства

Для раскрытия художественного содержания произведения, его эмоционального образа, характера необходимо знать и владеть основными средствами музыкальной выразительности, это –

1. Звуковедение.
2. Темы.
3. Динамика.

1. Звуковедение.

Пение располагает различными штрихами, среди которых значительное место занимают приемы звуковедения. Необходимо познакомить учащихся с тремя главными приемами звуковедения (*legato*, *staccato*, *nonlegato*). Дать понятия, что они обозначают, в каких

произведениях исполняются, как обозначаются в партитуре.

Обрабатывать приемы звуковедения на вокальных и речевых упражнениях.

2. Темы.

Скорость исполнения и характер движения в музыке зависит от темпа. Поэтому ученик должен знать пять основных обозначений темпа (*legato*, *andante*, *allegro*, *presto*), а так же такие приемы как *ritenuto*, *accelerando*, фермата. Научить различать темпы, их обозначение в партитурах, а так же определять темп произведений из текущего репертуара.

3. Динамика.

над динамикой непрерывно связана с работой над певческим дыханием и звукообразованием (поскольку резонаторы обеспечивают яркость, полетность звука).

Нет вокальных произведений в которых динамика совершенно статична. Поэтому педагог должен предварительно составить план исполнения произведения и познакомить с ним ученика. Ученик должен знать основные динамические оттенки (*pp*, *p*, *mf*, *f*, *ff*), а так же приемы $\langle \rangle$ (*crescendo*, *diminuendo*, *subito*).

Необходимо отрабатывать динамические оттенки на вокальных и речевых упражнениях, а так же скороговорках.

Как правило чаще всего дети поют громко и не умеют петь на *piano* т.к. это технически трудно. Вся работу над динамическими оттенками необходимо строить с *piano*. Навык пения на *piano* необходимо вырабатывать и закреплять на дыхании, как в процессе работы над вокальными упражнениями, так и в момент разучивания репертуара. Когда ученик овладеет пением на *piano*, ему будет легче передать все другие более громкие нюансы.

Легато (*legato*) - непрерывное связное пение - основная форма звуковедения. Для достижения легато необходимо выразительное исполнение интонаций, фраз, ясное ощущение движения. При легато все гласные должны быть плотно «сцеплены» между собой, их артикуляция максимально сближена. Произношение согласных, изменение высоты звука и формы гласных производятся быстро, без нарушения единого потока звука. Сочетание выразительно льющейся мелодии, в которой выявляются лучшие тембровые краски голоса, с инструментальной четкостью интонирования и отчетливой дикцией и создает настоящее легато. При хорошем легато один звук, выдержанный на протяжении всей своей длительности, непосредственно «переливается в другой, без какого-либо перерыва или толчка. Многие дирижеры в работе с хором над легато ассоциируют порой вокальную плотность с звучанием струнных инструментов и типичными струнными штрихами. А. А. Егоров, например, называл технический прием полного и общего легато в хоре «хоровым смычком», способствующим большей выразительности в создании певучести и кантилены. Н. М. Данилин просил при исполнении четырех шестнадцатых: «Шестнадцатые у сопрано

спеть чисто, без придыханий, не ха - ха - ха - ха, а а - а - а - а, на один смычок, инструментально». Среди распространенных недостатков в исполнении legato следует отметить «смазывание» отдельных звуков, особенно в нисходящем движении, что обычно является результатом ослабления внимания к звучанию голоса и привнесения речевого принципа скольжения, а также подчеркивание дополнительным толчком дыхания звуковысотных изменений в мелодии. При исполнении мелодии non legato звуки не связываются между собой. Разделение звуков производится кратковременной задержкой (без возобновления) дыхания перед новым звуком. В момент задержки дыхания голос быстро и чётко перестраивается на новый звук, который начинается без подъездов, имея готовую форму.

При staccato звук исполняется коротко, после чего следует пауза. Как и при других штрихах, дыхание берётся на границах музыкальных фраз. Поток звуков при staccato должен составлять единую линию. Атака звука происходит посредством дыхания толчком диафрагмы и мягкой, гибкой, очень активной реакции гортани. Паузы между звуками не следует производить с помощью замыкания голосовой щели. Голос на staccato должен звучать упруго, легко, светло, но не громко. Работа над staccato способствует воспитанию гибкости голоса, точности атаки звука, исправлению интонации, уничтожению «подъездов».

Tenuto - необходимость исполнять звуки выдержанно, точно по длительности и ровно по силе.

Portamento, portare (портаменто, портаре) в сольном пении - скользящий переход от одного звука к другому. Термин portamento иногда отождествляют с glissando (глиссандо), что принципиальных различий не имеет. Применяя portamento расчетливо и умело, можно с большей силой подчеркнуть выразительные места фразирования. Portamento получается лучше, когда два звука или аккорда соединены на двух слогах. Другим выразительным средством являются динамические оттенки. Шкала градаций, по существу, бесконечна. Надо научить ученика пользоваться всей динамической амплитудой.

Среди динамических нюансов отметим некоторые.

Piano (p) - если оно применяется в нижнем регистре, оставляет впечатление мягкое, но несколько приглушенное; в среднем - приобретает довольно спокойное и ровное звучание; при переходе в верхний регистр делается легким и нежным. Интересны высказывания Н.М. Данилина, касающиеся художественно-образного исполнения динамики. Он говорил, что каждый нюанс имеет две величины: количественную и качественную. В piano количественная сторона будет тихо, а качественная - с внутренним напряжением. Нюанс pianissimo самый сложный. Звучание оставляет впечатление чрезвычайной нежности, невесомости, таинственности и может быть доведено до полного замирания. Pianissimo всегда сопряжено с многими певческими и ансамблевыми трудностями, такими как дыхание, опора. Forte-

в нижнем регистре звучит тяжело, грузно, в среднем-твёрдо, уверенно, в верхнем- напряжённо.

Fortissimo, подобно нюансу pianissimo, относят к сложным. Чрезмерная звуковая перегрузка, излишняя напряжённость приводят к тому, что певцы не слышат друг друга, поэтому не могут контролировать себя во время пения. Кроме перечисленных оттенков применяются ещё два- mezzo forte и mezzo piano и значение, и их звуковая точность может быть установлена при наличии выработанного основного forte или piano.

Особое значение имеет точно выверенное сопоставление одной динамической звучности с другой.

Subito forte и subito piano – нюансы, означающие внезапную перемену силы звучности.

Crescendo-постепенное усиление звука и diminuendo- постепенное уменьшение звука. Акцентирование является ярким средством выразительности. Это динамическое подчёркивание звука или аккорда. Техническое выполнение этого оттенка заключается на основе сокращения начальной силы звука.

Sforzando—внезапное, неожиданное ударение на одном звуке или аккорде. В вокальной музыке также встречается люфтпауза. При этом дыхание не возобновляется, а задерживается на короткий момент.

Пение на легато стаккато, кантиленное пение

Существует несколько видов вокализации, из них наиболее употребимые: связная (legato) и отрывистая (staccato). Связное пение бывает не только при вокализации, оно может быть и манерой исполнения произведений с текстом. В этом случае уже говорят о кантилене. Она в виде стиля bel canto (связное, широкое красивое пение) значительного развития достигла в итальянской вокальной школе. Видимо, это связано с тем, что итальянский язык наиболее певучий, в нем преобладают гласные звуки. Русская вокальная музыка имеет в своей основе русскую народную песню, для которой характерно широкое, протяжное пение – распев, чем по сути и является кантилена.

Кантилена, т. е. непрерывно льющийся звук, составляет основу в пении. Она образуется только тогда, когда все выпеваемые звуки соединяются между собой, когда каждый последующий звук является продолжением предыдущего, как бы «выливается» из него. Такая манера пения называется связной, или пением легато. Упражнения на легато являются основным средством выработки кантилены, которая неразрывно связана с длительным равномерным, правильно организованным выдохом. Поэтому упражнения на легато с постепенно удлиняющимися музыкальными фразами хорошо развивают певческое дыхание. При такой манере пения легче перенести нужное звучание с одного звука на другой. Отсюда ясно, что слитное пение отдельных тонов помогает и выравниванию звучания.

Петь отрывисто, отделяя каждый звук, атакуя каждую ноту заново смыканием голосовых складок и дыханием при помощи активных движений диафрагмы – это значит петь стаккато. Движения диафрагмы при образовании стаккатного звука сопровождаются перемещением верхнего отдела передней стенки живота. Движения брюшной стенки в подложечной области могут служить хорошим ориентиром для проверки работы диафрагмы при пении на стаккато. Пение на стаккато связано с активным смыканием голосовых складок. Оно хорошо активизирует их работу, способствует усвоению четкой атаки и потому очень полезно при вялом тоне голосовых мышц, при силовом призвуке. Этот вид вокализации особенно показан при работе с детскими голосами. Каждая спетая на стаккато нота не должна сопровождаться снятием вдыхательной установки. Пение фразы на стаккато должно проходить как бы на одном дыхании. Паузы между стаккатными звуками внутри фразы – это остановки дыхания (выдоха). Таким образом, исключается подготовка голосового аппарата к фонации перед каждым новым звуком, остается взаимодействие голосовых складок и дыхательных мышц (главным образом диафрагмы). Внимание учащегося фиксируется на этой работе, в результате налаживается четкая координация между движениями голосовых складок и диафрагмы, что очень важно уже на первых порах обучения. Паузы между стаккатными звуками с остановкой дыхания помогают учащемуся ощутить дыхательную опору. Спетый на стаккато звук может явиться отправной точкой для пения на легато.

Полезно спеть начальный звук упражнением на стаккато и сейчас же его повторить в связной манере пения. С этой целью применяются упражнения с чередованием отрывистой и связной видов вокализации. В этих упражнениях один и тот же звук берется сначала на стаккато и затем на легато. Первый (стаккатный) звук берется легко, очень отрывисто. Этот отрывистый звук как бы намечает позиционно звучание и затем, при уже готовой настройке, снова четко посылается и фиксируется (тянется) в определенной длительности. Повторение одних и тех же нот в разной манере пения: на стаккато и сейчас же на легато – позволяет, не изменяя колебаний голосовых складок, тренировать их смыкание и координацию с движениями диафрагмы, активизировать атаку.

7. Развитие слуха, музыкальной памяти



Вокальная техника исполнения возможна лишь на базе развития слуха. Слух и интонация непрерывно связаны между собой. Звукоизвлечение не будет интонационно чистым, если пение осуществляется без слухового

контроля. Приступая к вокальной работе, необходимо скоординировать голос и слух.

Постоянно вырабатывать и закреплять навык координации между слуховым восприятием и работой голосового аппарата.

Активным способом музыкального слухового развития является пропевание «про себя» нотного текста произведения. Этот метод развивает осознанное отношение к исполняемому репертуару, слуховое внимание и навыки слухового самоконтроля. Преподавателю необходимо внимательно контролировать этот процесс, чередуя пение «про себя» с пением вслух, проверяя правильность интонации на контрольных звуках, которые заранее определяет сам педагог. Особенно полезно мысленно пропевать отдельные трудные фрагменты произведения. Мысленное пропевание текста не только вырабатывает чистоту интонации, но и помогает созданию необходимого звукового образа.

Задания такого рода должны носить постепенный характер. Сначала пробуются несложные фрагменты, затем навык развивается до умения охватить внутренним слухом часть произведения, в конечном результате все произведение в целом.

Выработке чистой интонации помогают следующие примеры: пение на рiано, пение с закрытым ртом, филирование звука, пение на гласную у (в ней меньше обертонов), пение без сопровождения. Сначала слух тренируется на интонации более легких для восприятия интервалов, на упражнениях в объеме терции, кварты, квинты.

Позже можно переходить к упражнениям, включающим в себя все звуки полного звукоряда.

Изучение особенностей интонирования различных ступеней лада и интервалов желательно связывать с сольфеджированием музыкального материала из текущего репертуара. Такая работа будет способствовать эмоциональному отношению учащихся к интонированию, большей выразительности исполнения, активизации слухового внимания. Вычленение из произведения мелодических оборотов могут быть использованы как подготовительный интонационный материал для последующей работы над всем произведением, а так же они могут быть хорошим упражнением и исполняться в разных тональностях в пределах диапазона. К основным процессам памяти психологи относят запоминание материала, а так же его узнавание и воспроизведение. Благодаря памяти можно определить музыкальные темпы и целые произведения при повторном их исполнении, а также воспроизводить отдельные интонации, мелодические обороты.

Различают два вида запоминания – произвольное, совершающееся без каких либо усилий со стороны человека и произвольные (благодаря волевому усилию).

Способность запоминать и удерживать материал в памяти во многом зависит от интереса, вызванного в момент восприятия данного материала.

Поэтому процесс запоминания и работу над развитием музыкальной

памяти лучше строить в игровой форме (особенно у детей младшего возраста). Игра создает на занятиях атмосферу заинтересованности, а это залог успешного освоения и более глубокого запоминания музыкального материала. Можно предложить учащимся простукивание различных ритмических рисунков, повторение мелодических оборотов, игру «Эхо», разбор музыкально-ритмических черт из репертуара.

Музыкальный слух — совокупность способностей человека, позволяющих ему полноценно воспринимать музыку и адекватно оценивать те или иные её достоинства и недостатки.

Упражнения для развития музыкального слуха.

1. Пение гамм. Играем на инструменте до – ре – ми – фа – соль – ля – си – до и поем (название нот можно заменить определенным слогом, да, ма, та и т.д.) Затем без инструмента. Затем сверху вниз. Снова без инструмента. Сверяем последний звук. Если попали – очень хорошо, если нет – тренируемся дальше.

2. Пение интервалов. Самый простой вариант – интервалы на основе той же самой гаммы до-мажора или на любой слог. Играем и поем: до-ре, до-ми, до-фа и т.д. Затем без инструмента. Затем то же самое сверху вниз.

3. Для развития гармонического слуха полезно пропевать аккорды и вслушиваться в них. Ощущение краски аккордов и их функциональных связей особенно трудно дается учащимся, обладающим абсолютным слухом или хорошо развитым мелодическим слухом. Задача педагога - обратить внимание на выработку умения слышать комплекс звуков, на фоническую окраску аккордов.

4. Пропевание скороговорок на 2 или 3 голоса, аккордами терцовой структуры.

5. Исполнение канонов построенных на ступенях мажора и минора.

Музыкальная память – это способность сохранять музыкальный материал и затем его воспроизводить в соответствии с оригиналом.

Упражнения для развития музыкальной памяти

1. «Повтори ритмический рисунок». Предварительно готовятся карточки на всех детей с ритмическим рисунком - это изображения нот без нотного стана, разные по длительности. Каждому достается по карточке. Дети по очереди выходят, показывают ее и прохлопывают рисунок. Остальные стараются запомнить его, и, когда ведущий карточку закрывает, дети должны прохлопать ладошками рисунок на память. Это упражнение развивает не только память, но и чувство ритма.

2. «Ритмические зарисовки». Взрослый выбирает на каждого ребенка по одной простой мелодии, проигрывает ее, и дети должны на память простучать ритмы. Если возможности ребенка не позволяют

справиться с заданием, то он пропускает свой ход, а затем ему достается другая мелодия. Преподаватель следит, кто из ребят справляется с заданием лучше или хуже, и в зависимости от этого определяет степень нагрузки.

3. «Скачки». Преподаватель проигрывает мелодию на фортепиано. Задача воспитанников – запомнить ее движение, ритмический рисунок, как расположены пальцы, после чего воспроизвести мелодию в разных октавах и тональностях. Постепенно учитель усложняет данное упражнение, добавляя паузы, изменяя тональность, меняя руки поочередно. Ребята должны запомнить проигранные мелодии и воспроизвести впоследствии в точности.

4. «Имитация». Суть упражнения в том, что ребята исполняют роли зверей на музыкальном инструменте. Например, нужно проиграть, как ходит медведь, скачет лошадь и т.п.

5. «Нотные ступени». Перед проведением упражнения подготавливаются карточки для каждого участника игры с нарисованной лестницей из 8 ступеней (одна октава), каждая ступень – одна нота. Преподаватель проигрывает звуки, а малыши на слух определяют ноту и ее ступень.

6. «Музыкальная картина». Преподаватель подбирает картинку с несколькими персонажами, каждый из которых представляет собой какую-нибудь ноту. Затем полученная мелодия проигрывается, внимание детей заостряется на каждом из ее объектов. Затем ставится задача повторить в первый раз отдельно каждый объект, а потом всю картину.

7. «Угадай мелодию». Преподаватель выбирает несколько незнакомых детям мелодий, присваивает им номера и проигрывает их. Затем по отрывкам из этих произведений ребята должны определить музыкальный номер. Так же учитель может перемешать несколько нот из разных мелодий, а ребята должны заметить путаницу и разобрать по ее нотам.

Игры на развитие музыкальной памяти

«Венок»

Цель. Развивает зрительную и слуховую память.

Ход игры. Дети стоят в кругу. Педагог предлагает запомнить стоящих рядом¹. На звучание русской плясовой мелодии с четким ритмом взрослый называет детей по именам. Услышав свое имя, ребенок кладет правую руку на левое плечо рядом стоящего участника игры. Второй ребенок, услышав свое имя, -кладет правую руку на плечо следующего и т. д. При выполнении движений в левую сторону дети сами называют свое имя с ударением на первом слоге и протягивают левую руку на правое плечо стоящего рядом.

Игра будет окончена, когда дети руками «сплетут венок».

«Аплодисменты»

Одна из самых простых музыкальных игр – на запоминание прохлопанного ритма. Возможны несколько участников и ведущий. ведущий придумывает простейший ритм и прохлопывает его в ладоши. Дети должны

точно, без ошибки его повторить. Ритмы можно постепенно усложнять. Если кто-то не может повторить прохлопанный ритм с первого раза, ведущий должен повторить его столько раз, сколько потребуется.

Игру можно постепенно усложнять, вводя в ритмический рисунок звучащие жесты, простейшие возгласы или слова, например: «И раз!», «Оле-оле-оле», «Раз, два, три» и т. д. Можно использовать какие-нибудь смешные присказки или поговорки, проговаривая их ритмически организованно. «Стучалки»

Эта игра с применением каких-либо музыкальных инструментов. Под инструментами мы подразумеваем все, из чего можно извлечь звук, все, по чему можно стукнуть или чем можно произвести какой-либо шум, звон, дребезжание или даже шорох. Все подойдет: деревянные ложки, палочки, металлические столовые приборы, трещотки, шумовые инструменты. Можно использовать разные по тембру материалы – деревянные шкатулочки или коробочки, металлические банки. Стучать по ним можно металлическими палочками или ложками. Эта игра является продолжением предыдущей. Только задача усложняется тем, что теперь мы развиваем и тембровую память. В игре участвуют несколько детей. Один из них, первый, должен придумать и «проиграть», то есть простучать или пробренчать какой-либо ритм. Для начала используйте только два тембра. Например, железными палочками исполнитель должен часть рисунка отстучать по деревянной поверхности, а часть – по металлической. При повторении следующий участник может исполнить сначала просто ритм без изменения тембра, а потом как можно точнее проиграть с использованием тех же самых предметов и тембров тот же самый ритм с «перебивкой» тембра в тех же местах. Для тех, кто наделен творческой фантазией, можно предложить повторить ритмический рисунок сразу на других инструментах, но полностью точно скопированный.

8. Работа над песнями

Все вышеуказанные темы направлены на то, чтобы в конечном результате выучить и исполнить конкретный репертуар, который следует подбирать согласно возрасту ребенка и приобретенным им вокальным навыкам.

Перед разучиванием песни педагог должен предварительно сделать музыкальный анализ песни, определить характер, средства музыкальной выразительности (лад, ритм, структуру мелодии), проанализировать содержание литературного текста, его связь с музыкой, отметить наиболее трудные для произношения слова, установить общий темп песни, распределить фразы по дыханию, отметить динамические оттенки. Эта работа необходима для правильного понимания и исполнения песни.

Рекомендуется следующий порядок разучивания песни:

1. краткое вступительное слово педагога;

2. исполнение песни педагогом или прослушивание записи песни;
3. беседа о песне (тематика, характер и т. д.);
4. чтение литературного текста (выразительное чтение с четкой дикцией и мимикой, ритмическое чтение);
5. разучивание слов песни по куплетам;
6. разучивание мелодии песни.

Элементы движения в песнях.

Роль жестов в народном пении очень велика. По народной традиции многие песни сопровождаются своеобразными движениями рук, головы, что помогает выразить характер или ритмический и эмоциональный пульс песни. Работа над песнями с элементами движения основана на изучении живой народной традиции. Протяжные, лирические, исторические, некоторые величальные песни исполняются статично. Песни плясовые, шуточные, игровые, частушки необходимо обогатить движением, жестом рук, головы. Важным моментом работы над песней является ее сценическое осмысление, поиск тех или иных форм движений и мизансцен, соответствующих ее образу и характеру. Детальная работа над содержанием песни, выразительностью, сценической активностью, подвижностью, над качеством пения во время движения приводит к яркому исполнению при сценическом решении той или иной песни много определяет вкус и творческая фантазия педагога. Можно предложить ученику самому придумать проходку, дробушку. Желательно включить в программу уроки хореографии или народного танца.

Подготовка к концертам.

Подготовка к концертам занимает важную роль в учебном процессе. Педагогу необходимо психологически настроить ребенка перед концертом, научить не бояться зрителей и сцены, правилам сцены, поклону, подготовить костюм. Внешний вид имеет большое значение, приятно, когда певец аккуратно одет и причесан, спокойно и уверенно выходит на сцену.

9. Комплекс упражнений на развитие певческого голоса в народной манере исполнения

Прежде чем начинать вокальную работу, следует приучить детей принимать правильную осанку – своего рода певческую установку. При пении обязательно прямое, свободное положение корпуса и головы.

Как показала практика начинать занятие лучше с легкого массажа лица и шеи. В процессе занятия и увеличения нагрузки можно периодически обращаться к массажу, снимая усталость и зажим (тренировочные упражнения см. в приложении).

Для подготовки голосового аппарата в активной работе значительное место занимают вокальные упражнения – так называемые распевки. Распевание необходимо начинать с легко запоминающихся упражнений. Можно использовать короткие попевки, пропевать различные гласные на заданной высоте, на звуках примарной зоны проговаривать скороговорки, вкладывая в них различный интонационный смысл и т.д. Каждая из распевок

должна иметь конкретную техническую задачу.

Упражнения могут быть различными и преследовать многообразные цели: развивать голос, расширять его диапазон, укреплять дыхание, вырабатывать ровность голоса, его подвижность, гибкость, чистоту интонации, четкость дикции.

Упражнения должны использоваться не бессистемно, а в определенном порядке, предполагая постепенное и разностороннее развитие голоса и вокальной техники учащегося.

Некоторые правила в пении.

- затактный звук исполняется всегда легко и тихо;
- в музыкальной фразе должна быть только одна основная вершина, выделенная при помощи динамики и акцентирования;
- звук на конце музыкальной фразы требует сохранения активности пения до конца его длительности;
- при выдерживании длинной ноты (половиной, целой) необходимо ощущать и внутренне подчеркивать начало новой доли, заключенной в ней;
- чем быстрее темп, тем легче, тише и активней должен быть звук;
- при движении мелодии вверх или восходящих скачках нижний звук необходимо облегчать за счет динамики и атаки звука;
- нельзя сливать два гласных звука, стоящих на стыке слов;
- недопустимо брать дыхание посередине слова (если оно не цепное);
- нельзя отделять дыханием подлежащее от сказуемого;
- вдох по объему и скорости производить в характере песни и др.

Упражнение для выработки вибрато.

Для выработки вибрато необходимой частоты упражнение нужно выполнять в строго определённом темпе.

1-е важное указание к исполнению данного упражнения. Желательно, чтобы эта пятая, повторяющаяся 5 раз, нота не звучала отрывисто. Вместо коротких пауз между звуками пятой ступени, у тебя должно быть понижение громкости. Таким образом, будут звучать не 5 коротких отдельных нот одной высоты, а одна длинная, с плавным волновым изменением громкости, где есть 5 пиков, соответствующих исходной громкости, и 4 впадины между ними. Главное добиться равномерности: чтобы расстояния между пиками были одинаковы по времени, а также, чтобы и пики между собой, и, соответственно, впадины между собой были одинаковой громкости.

При понижении громкости будет происходить и некоторое понижение высоты исполняемой ноты. Поначалу, возможно, это понижение будет не очень слышно. Впоследствии, когда упражнение будет хорошо отработано в отношении громкости, нужно продолжать добиваться, чтобы при волновом понижении громкости одновременно следовало бы и понижение звука на полтона.

2-е важное указание. Необходимо чтобы данное упражнение выполнялось на опоре дыхания. Брюшной пресс должен быть всё время

упруго напряжён.

Данное упражнение, на самом деле, достаточно выматывающее. Не следует выполнять его слишком долго. Оно требует недюжинной силы воли. На выработку правильного певческого vibrato уходит от нескольких месяцев до нескольких лет.

Упражнения на развитие регистра.

Чтоб овладеть грудным регистром

Я становлюсь аквалангистом

Все ниже опускаюсь, ниже.

А дно морское ближе, ближе.

И вот уж в царстве я подводном (от самого низкого звука, к самому высокому).

Белокрылый мощный ТУ

Набирает высоту,

Он летит все выше, выше

Превратились в точки крыши,

Вот уже он выше туч,

А теперь меж облаками

Вдруг ударил солнца луч,

Голубой простор над нами.

Выше, выше мчится ТУ

Покоряя высоту (от самого высокого звука к самому низкому).

Вокальные упражнения.

1. Бра-брэ-бри-бро-бру - (по трезвучию)

2. Да-ба-да-ба-да-ба-да-ба-да - (ч. 5 поступенное движение вверх-вниз)

3. Да-да-да-да-да - (ч. 3 или ч. 5), челюсть прыгает свободно

4. Дай-йй-йй – (ч. 3), активная работа челюсти

5. Дари-дари-дари-дари, дари-дари-да.

6. «Поезд едет скрежеща, же – че – ша – ща».

7. Р-Р-Р-Р-р – (ч. 3 поступенное движение вверх-вниз)

8. «Мы перебежали берега перебежали берега» (ч. 5 поступенное движение вверх-вниз)

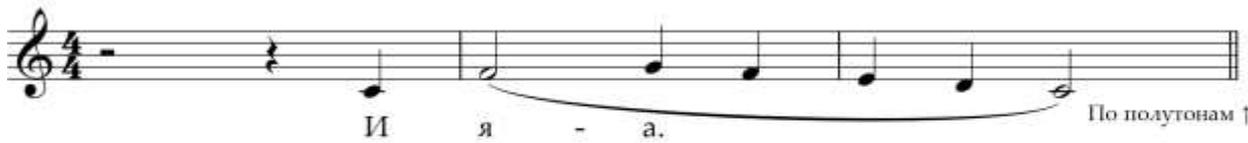
Распевки

Е - со



По полутонам †

И - я



По полутонам †

Жаворонок



По полутонам †

Широкие степи



По полутонам †

На - ри - на



По полутонам †

Му-ра-ва тра-ва рас-куд-ря-ви - лась.
По полутонам ↑↓

Ка-те-ри-на, Ка-те-ри-на, о-тво-ряй-ка во-ро-та
Гу-ли, гу-ли, гу-ли, гу-ли, гу-ли, гу-ли, гу-ли, гу-ли
По полутонам ↑↓

Се-ле-зень, Си-зень-кий, ле-бе-дин расхоро-шенький
По полутонам ↑↓

Поп Мартын, поп Мартын, спишь ли ты, спишь ли ты?

Выдь на коло-кольню, Выдь на коло-кольню бом бом динь, бом бом динь
По полутонам ↑↓

Е-хал гре-ка че-рез ре-ку, ви-дит гре-ка в ре-ке рак,
су-нул гре-ка ру-ку в ре-ку, рак за ру-ку гре-ка цап.
По полутонам ↑↓

Там у ре-ки в си-ней да-ли жи-ли тог-да три ры-ба-ка

три тол-стя-ка три доб-ря- ка рыб-ку о - ни пой- ма -ть не смог - ли.

А Э И О У
По полутонам ↑↓

Ма мэ ми мо му
бра брэ бри бро бру
По полутонам ↑↓

М (закр. ртом) ма мэ ми мо му
По полутонам ↑↓

Лю - ли, лю - ли, лю - ли, при - ле - те - ли гу - ли.
По полутонам ↑↓

При - ле - те - ли две те - те - ри
По - кле - ва - ли у - ле - те - ли
По полутонам ↑↓

Ля, ля, ля, ля, ля, ля, ля, ля.....
По полутонам ↑↓

Ле - бе - дин, ле - бе - дин.
По полутонам ↑↓

е е е е е

По полутонам ↑↓

я-
ю-
а ы у ы у ы у

По полутонам ↑↓

ё - ли ё - ли ё ё ё ё ё - ли ё - ли ё ё ё ё

По полутонам ↑↓

Зе - ле - ны лу - га, зе - ле - ны лу - га, зе - ле - ны, ле - ны, ле - ны, ле - ны лу - га.

По полутонам ↑↓

е - е - я, е - е - я, е - е - я

По полутонам ↑↓

На бо - ло - те на мо - ху у - ку - сил ко - мар бло - ху

си - дит за - яц на бе - ре - зе по - ми - ра - ет со сме - ху.

По полутонам ↑↓

10. Литература

1. Дмитриев Л. Основы вокальной методики. – М.: Музыка, 2000
2. Емельянов В.В. Фонопедический метод формирования певческого голосообразования. Методические рекомендации для учителей музыки. – Новосибирск.: «Наука», 1991
3. Калугина Н. «Методика работы с русским народным хором» Москва «Музыка», 1977 г.
4. Шамина Л. «Работа с самодеятельным хоровым коллективом» Москва «Музыка», 1988 г.
5. Павлицева О. «Методика постановки голоса» Краткое пособие для хормейстеров и преподавателей пения. Москва; Ленинград: Музыка.
6. //Традиционная культура и дети. Краснодар, 1994 г.

Интернет-ресурсы

1. Ноты для народного хора и солистов (электронный ресурс) режим доступа https://vk.com/folk_songs
2. Сольное и хоровое народное пение (электронный ресурс) режим доступа <https://vk.com/club20283174>
3. Кубанская балачка (электронный ресурс) режим доступа <https://vk.com/club54394319>
4. Традиционные народные игры, состязания, забавы (электронный ресурс) режим доступа <https://vk.com/club7745343>