

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ИРКУТСКОГО
РАЙОННОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
МКУ ДО ИРМО «ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА»



Рассмотрено
методическим советом
МКУ ДО ИРМО «ЦРТДЮ»
Протокол № 1 от 30.08.2022 г.



**«Система распевания – главный элемент в воспитании
вокального исполнительства»**

Методическая разработка к разделу «Вокально-хоровая работа»
дополнительной общеразвивающей программы
«К народной культуре – через фольклор. Фольклорный ансамбль»

Автор:
Аскарова Светлана Владимировна
педагог дополнительного образования

Р.п. Большая речка
2022 – 2023 учебный год

Содержание

Введение	3
Цель распевания.....	4
Певческие навыки.....	5
Вокально-тренировочные упражнения.....	6
Список используемых источников.....	10

Введение

Проблема совершенствования теории и методов обучения остается актуальной всегда. К общей проблеме совершенствования методов обучения относятся и теоретическое обоснование их, и поиски новых путей эстетического воспитания детей средствами музыки, приобщения их к музыкальному искусству через пение как самый доступный для всех детей активный вид музыкальной деятельности.

Обучение пению - это не только обучение данному виду искусства. В процессе занятий активно развивается детский голос, а также решаются воспитательные задачи, связанные с проблемой формирования личности школьника и его общего развития. Поэтому обучение пению это прежде всего педагогическая задача.

Пение - это также психофизиологический процесс, связанный с различным эмоциональным состоянием ребенка и значительными изменениями жизненно важных актов организма. Человек - самонастраивающаяся система. Это свойство позволяет учащемуся настраивать себя на нужную эмоциональную волну и управлять собой в процессе пения. Правильное пение сопровождается у ребенка ощущениями психофизиологического комфорта, что способствует формированию положительного отношения к самому процессу, а следовательно, и к предмету в целом. Пение оказывает глубокое воздействие на эмоциональную сферу и умственное развитие ребёнка, совершенствует его основные психические функции.

Таким образом, обучение пению детей является мощным средством их воспитания и всестороннего развития.

Данная методическая разработка разработана к разделу «Вокально-хоровая работа» дополнительной общеразвивающей программы «К народной культуре – через фольклор. Фольклорный ансамбль» для учащихся 10-17 лет и является практическим руководством для развития певческого голоса в народной манере пения.

Распевание – важный, один из главных моментов в воспитании певческого исполнительского коллектива или солиста. Распевание - это своеобразная певческая гимнастика, система вокальных упражнений, способствующая настройке и разогреву голосового аппарата, правильному развитию певческих навыков.

Обычно любительский вокальный коллектив не ограничивается какими-либо рамками и требованиями к участникам, так как в него, особенно в фольклорный коллектив дети приходят по желанию. При таком наборе, у большинства участников музыкальный слух и голосовой аппарат находятся в «спящем» состоянии, поэтому перед руководителем встает задача, для выполнения которой необходимо знание особой техники, связанной со своеобразием и возможностями детского певческого голоса. Здесь главное – разработать такую методику распевания, которая будет доступна и понятна его воспитанникам, что способствует хорошему результату совместной работы.

Цели распевания коллектива:

- Настройка голосового аппарата;
- Формирование певческого дыхания;
- Формирование певческих навыков: единой манеры звукообразования, вокально-хоровых навыков (опора, атака звука, интонация, высокая позиция, певческий диапазон, дикция и артикуляция, выравнивание гласных звуков, цепное дыхание, культура певческого звука);
- Поднятие общего эмоционального тонуса, психологический настрой обязателен.

Распевание должно проводиться регулярно в начале каждой репетиции, чтобы сделать голос «управляемым» и добиться хороших результатов.

Распевание необходимо проводить стоя, так лучше контролируется дыхание. Обязательно следить за воспитанниками, чтобы они соблюдали певческую установку (положение корпуса, головы, рук, стоять на двух ногах с опорой на пятки, ощущение зевка, свободные мышцы). Со временем красиво и ровно ходить, стоять и сидеть, держать осанку входит у участников коллектива в привычку и остается на всю жизнь, что очень радует. К певческой установке отнесём и удобное положение ротоглоточной полости и всего голосового аппарата при подготовке к пению. Это – позыв к зеванию – поднятое мягкое нёбо открывает путь в головной резонатор к высокой позиции звука, правильное положение корня языка и гортани, хорошо открытая нижняя челюсть, работа диафрагмы. Эта установка приводит к правильному звукообразованию и предполагает целесообразные реакции певческих действий в будущем.

На первых занятиях необходимо познакомить воспитанников со строением и работой дыхательного и голосового аппарата, чтобы цели распевания были им понятны.

Начинать работу с коллективом лучше всего с упражнений, которые помогают решать определённые задачи: формирование правильного певческого дыхания, работа над атакой и опорой звука, закрепление ощущения высокой певческой позиции, активизация работы артикуляционного аппарата.

Руководителю важно следить за тем, чтобы участники коллектива выполняли упражнения осознано, фиксировали приобретённые навыки и понимали, на какой вид техники дано то или иное упражнение.

Певческие навыки

Основной, определяющей и самой сложной в процессе звукообразования является дыхательная система. Работа по постановке дыхания – это удел специалистов. Природа так распорядилась, что мальчики дышат глубже, чем девочки. Но так как в коллективе больше девочек, следовательно этому разделу мы уделяем много внимания. На формирование певческого дыхания и опоры звука существует множество общеизвестных упражнений по типу: глубокий вдох - ассоциация с приятными запахами, испуг, удивлённый вдох; короткий вдох, задержка, долгий выдох, «задуть свечу» (мы ее задуваем в основном с детьми младшего возраста разными способами: тихо и долго дуем, задуваем резко разом, в три приема, остатком воздуха и др.). Очень эффективна работа над дыханием в положении лёжа, которые я практикую, чаще с солистами. Также очень эффективна как в работе над дыханием, так и подготовкой голосового аппарата к пению широко известная дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. Она благотворно влияет на развитие голоса, и ее элементы необходимо включать в занятия с детьми не только с целью оздоровления, но и решая задачу воспитания голоса.

Главное в работе с дыханием – следить, чтобы дети не его «перебирали». Ошибка руководителя, когда он говорит: «взяли вдох» перед каждой музыкальной фразой. Дети обязательно постараются и «переберут» его.

Задача руководителя – добиться, чтобы дети не дышали грудным (ключичным) дыханием, что обычно, практически для всех новичков. Со временем грудь и плечи воспитанников перестают подниматься, а это значит, что воспитанники переходят на брюшное (диафрагмальное) дыхание.

Секрет певческого дыхания в его органике: естественности, экономичности, целесообразности. Наиболее целесообразный и экономичный тип певческого дыхания – грудобрюшной (диафрагмальный), но это уже длительная и сложная работа.

Я считаю, что, если воспитанники мастерски, без напряжения, в мягкой манере с хорошей атакой и полётностью звука исполняют сложные длинные музыкальные фразы и произведения, напоминать им, как они прочувствовали, например, косые мышцы живота, не стоит.

Артикуляционный аппарат - наиболее поддающаяся коррекции часть голосового аппарата благодаря постоянному визуальному наблюдению и узконаправленному действию специальных упражнений. Артикуляционная гимнастика (систематически выполняемые упражнения для языка, губ, нижней челюсти, мышц лица, особенно щек) - обязательный раздел занятия по развитию голоса. Такая гимнастика детально разработана в

фонопедическом методе развития голоса (ФМРГ) В.В. Емельянова и представлена во всех его многочисленных изданиях.

Также нужно уделять много внимания опоре и атаке звука. На опору звука также существует много известных упражнений, о которых я писать не буду. При отработке упражнений на опору звука можно приводить контрастные примеры с «придыхательным» вздохом. Тогда воспитанники быстро понимают, что такое опора звука. При этом, что они должны чувствовать, я им не объясняю (иначе они, как послушные дети, обязательно скажут: «да, мы это чувствуем»). Я им задаю вопросы, а они объясняют мне, что они чувствуют.

Атакой звука на начальном этапе обучения, рекомендуется пользоваться твердой, по понятным причинам, но чрезмерно увлекаться ей не нужно. Мягкая атака – оптимальный вариант, но, к сожалению, в практике часто встречаются «кричащие» коллективы.

Часто со старшими девочками беседуем на эту тему, т.к. слушаем исполнение аутентичных коллективов. Ведь раньше русские люди пели часто и подолгу: возвращаясь домой после продолжительной работы в поле, в «хороводах», на вечерках. Причем, их пение никогда не начиналось с распевок: «я-я-я» или «е-е-е». Просто собирались и часами пели. И при этом у всех была природная и опора, и атака, и дыхание. Вот, что значит ежедневная, тяжелая физическая работа.

Вокально-тренировочные упражнения

Подбирать вокальные упражнения к занятию нужно исходя из поставленных целей и задач.

1. Начинать распевание нужно с простых ежедневных упражнений, которые состоят из гласных звуков или слогов и коротких музыкальных фраз в унисон. При этом использовать удобную tessitura, близкую к примарному звучанию голоса. (Практика показывает, что на первых упражнениях лучше не использовать крайние звуки диапазона. Если в основном составе коллектива крайние звуки соль-фа# малой октавы (альт) – до-ре второй октавы(сопрано) в грудном регистре и в зоне микста, то обычно мы начинаем распеваться примерно от си малой октавы до фа первой, в дальнейшем расширяя диапазон).

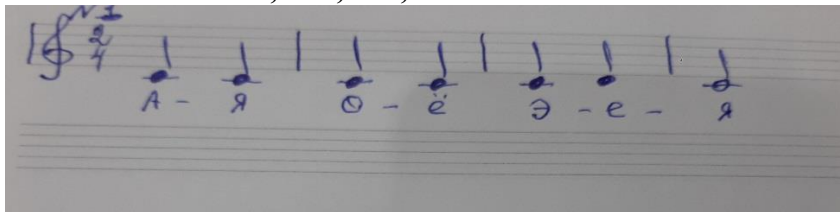
Если, начиная с первой распевки, использовать крайние нижние звуки, дети не смогут пропеть их в высокой позиции, сразу звук «провалится», а крайние верхние приведут к напряжению в голосе.

Каждая распевка повторяется, поднимаясь по полутонам вверх и опускается вниз, при этом сохраняются высокая позиция. При работе над высокой позицией лучше работать на одном или двух звуках закрытым ртом. К звуку «М» хорошо добавить гласную «У», т.е. «УМ», тогда звук самостоятельно формируется в положении «зевка».

На первом этапе распевания мы используем упражнения на одном, двух или трех звуках, например на широком гласном «А», который лучше всего раскрепощает голосовой аппарат, освобождая его от зажатости и напряжения, а также широкие «О» и «Э». Также используются сложные

йотированные звуки «Я» (йа), «Е» (йэ), «Ё» (йо), «Ю» (йу), для достижения звонкости звука и сочетания ай, эй, ой. Гласный звук «И» мы используем для распевания в головном регистре,

Распевка 1. А-я, о-ё, э-е, я



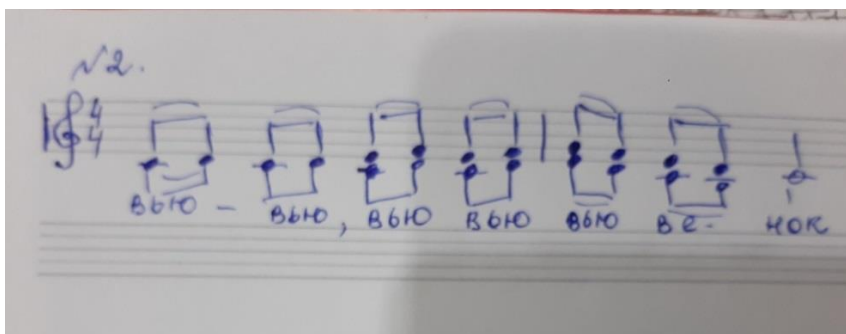
Цель распеки – подготовка голосового аппарата к работе. Эту распевку можно исполнять как в одноголосном исполнении, так и в квинту. Чередование с Йотированными гласными Я, Ё, позволяют:

- Активизировать артикуляционный аппарат (язык);
 - Отработать сложные в произношении йотированные гласные.
- Очень важно, при работе с данной распевкой, обращать внимание на:
- Крепкую опору первого звука на дыхание;
 - Выравнивание всех объемов гласных;
 - Остроту и высокую позицию повторяющихся звуков.

Может исполняться спокойно и в подвижном темпе.

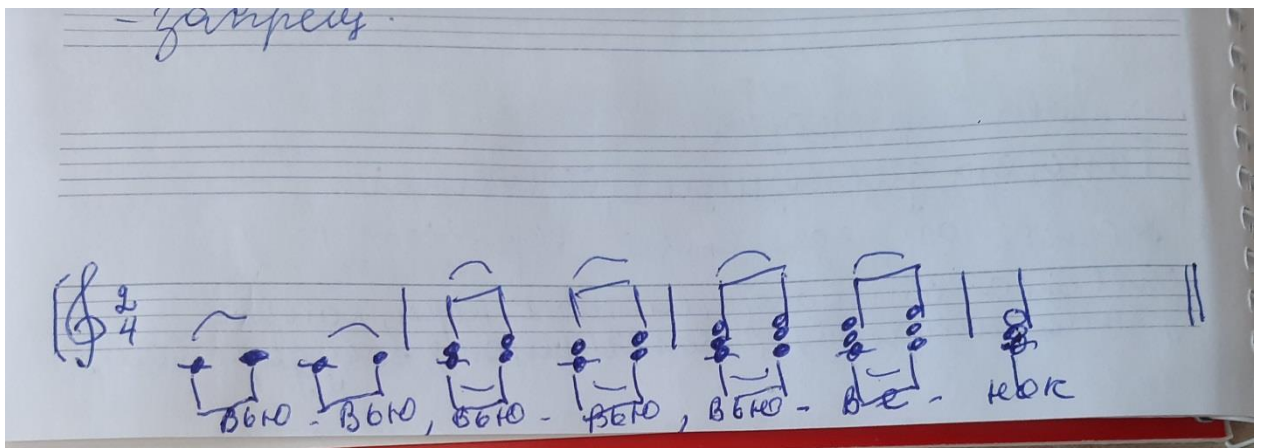
2. Второй этап распевания – упражнения на развитие вокально-хоровых умений и навыков. Отрабатываются: артикуляция, цепное дыхание, навыки двух-трех-голосного пения.

Распевка 2. Вью венок



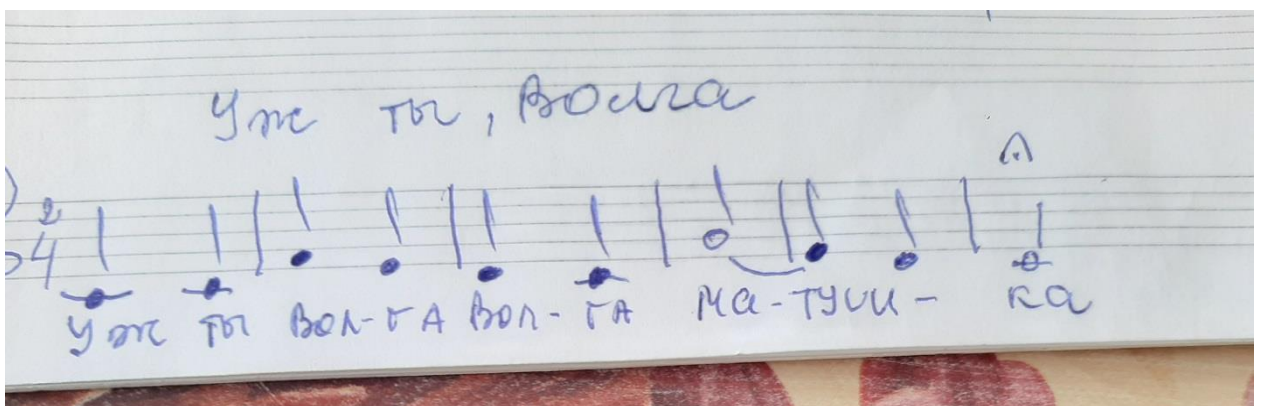
Цель распевки – выработать высокую певческую позицию. Важно – исключить зажимы и настроить все органы на эффективную работу. Высокая позиция звука У позволяет приравнять к нему звук Е и О. Упражнение развивает гибкость голоса, способствует выработке мягкой атаки звука. Формирует навык интонирования вокального двухголосия. Первые унисонные ноты позволяют исполнителям тембрально пристроиться друг к другу (одинаковое формирование звука). Также позволяет развить навык правильного распределения дыхания на всю вокальную фразу и отработать единый унисон.

Распевка 3 .



Цели и задачи распевки 2. Очень доступная и понятная распевка для формирования навыков трехголосья. Отрабатывается постепенное, интонационно чистое вступление партий в нужном ритме, не затягивая. Особое внимание уделить нижней партии и средней, т.к. детям легче уйти на верхнюю партию, нежели уверенно держать основу. Очень удобно на распевках такого типа работать над динамическими оттенками, например спеть на crescendo.

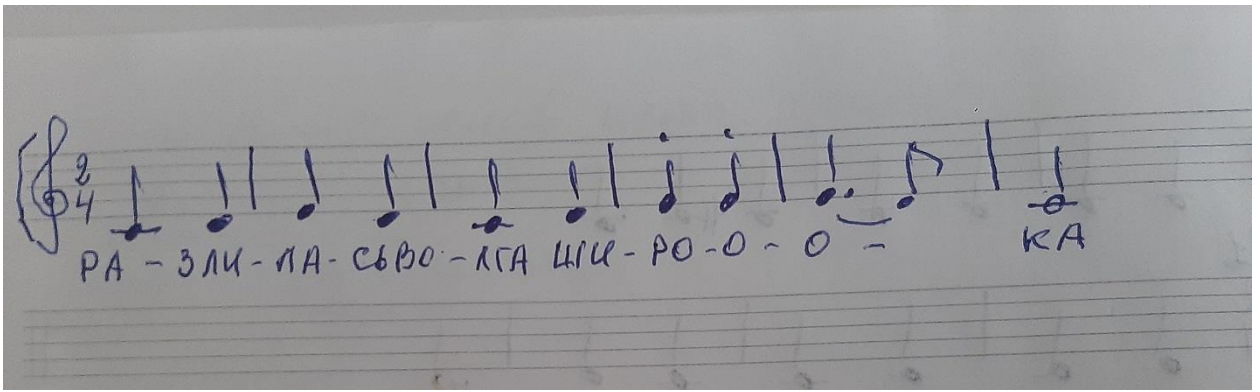
Распевка4. Уж ты Волга, Волга, матушка.



Цель – научить детей разговорному пению. Ведется работа над дикцией и приемом одновременного произношения слогов по принципу «певческих слогов»: У-шты Во-лга, Во-лга, Ма-а-ту-шка. По этому принципу сначала говорим «нараспев». Комбинируем звуки У к О, Ы к Э, за счет этого происходит выравнивание узких и широких звуков. Квартовый и квинтовый скачок позволяет позиционно выравнивать звуки – выстроить их на одной мелодической линии. **Нижние звуки стараемся спеть позиционно высоко, светло. Верхние на хорошей опоре.**

Позволяет развить навык правильного распределения дыхания на всю вокальную фразу, за счет этого хорошо вырабатывается кантилена, отрабатывается единый унисон.

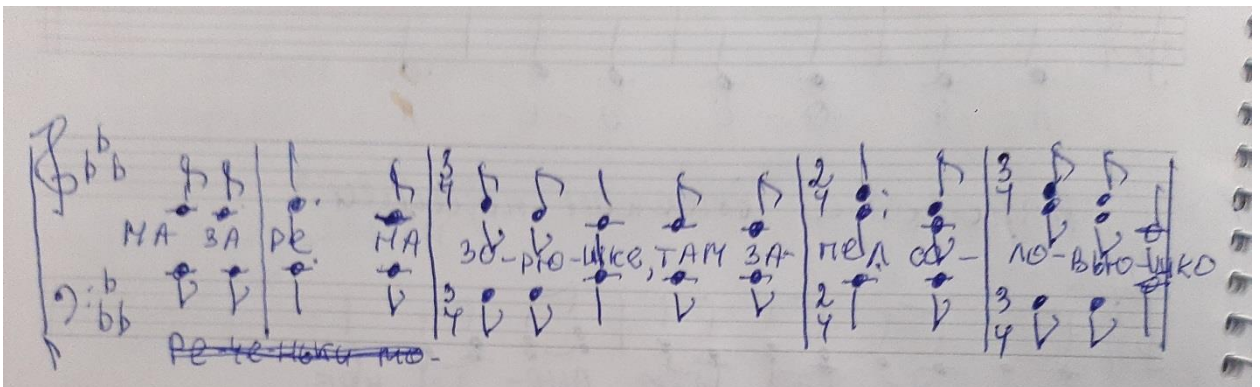
Распевка5. Разлилась Волга широка



Цели и задачи, что и в распевке 4. Распеваем слоги: Prra - зли – ла – сьВо – лга ши – ррро – о – о - о – ка. Комбинируем гласную И. Звуки О, пропевающиеся на стаккато, позволяют почувствовать опору звука. Постепенно поднимаясь по полутонам вверх, в зоне микста высокие звуки О позиционно пристраиваем к объему гласного А.

3. Третья группа распевания – упражнения, на преодоление трудностей во время разучивания репертуара. Это ритмические рисунки, темп, интонационные трудности в неустойчивых интервалах, пропевание секунд. Задачи решаются по необходимости решения данных проблем. Здесь, в качестве распевки могут служить фразы из самой песни, запевы песен, руководитель может сам придумать распевку и т.д.

Распевка 6. На заре, на зорюшке там запел соловьюшко



Цель - формирование правильного трехголосья.

В данном упражнении присутствует переменный размер, который характерен для русской певческой культуры. Выбирая данное упражнение в работу, исполнители учатся мыслить не классическими построениями периодов (квадратность), а слышать народную фразировку (подчинение музыки тексту). Данная особенность позволяет наиболее глубоко осмысливать текст песни. Учимся исполнять терцовые скачки с последующим заполнением. Формируем гармонический слух.

Список используемых источников

1. Мешко, Н.К. Искусство народного пения [Текст]: практическое руководство: ч. 1, 2 / Н.К. Мешко. - М., 2000.
2. Мешко, Н.К. Искусство народного пения [Текст] / Н.К. Мешко. - Архангельск, 2007. – 1127с.
3. Платонова М.Л. ДЕТСКИЙ ГОЛОС: ПРИНЦИПЫ И МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ
4. Рудзик М.Ф. Специальные методики музыкально-певческого воспитания школьников: Учебно-методическое пособие. – Курск: Изд-во Курск. гос. ун-та, 2010. – 140 с.
5. Стулова Г.П. Развитие детского голоса в процессе обучения пению. – М.: Прометей, 1992