

Конкурс методических разработок преподавателей детских музыкальных,
художественных школ и школ искусств Сахалинской области.
МБОУ ДОД ДШИ г. Шахтерска Сахалинской области

**Методическая разработка
Организация певческого аппарата с помощью
фонопедических упражнений на уроках сольного пения в
Детской школе искусств.**

Составитель:

Цыбулькикова Светлана Андреевна
преподаватель вокально-хоровых дисциплин
Сахалинская область, Углегорский район,
г. Шахтерск, ул. Ленина 12.
Контактный телефон: (8) 9006625910

г. Южно-Сахалинск
2015

Сведения об авторе: Цыбулькинова Светлана Андреевна – преподаватель высшей квалификационной категории, заведующая отделением хорового пения Детской школы искусств г. Шахтерска Сахалинской области.

Обладатель Почетной грамоты Министерства культуры Российской Федерации, ветеран труда, Почетных грамот и Благодарственных писем Сахалинского научно-методического центра, Министерства образования Сахалинской области.

В 2013 году присвоено звание «Почетный работник общего образования Российской Федерации».

Дата создания работы: август 2015 г.

Краткая аннотация работы:

Рассматриваемая в методической разработке система В.В. Емельянова, которую применяет автор в своей педагогической работе, называется фонопедической, поскольку родилась в условиях логопедической практики, связанной с обучением управлением голосом, воспитанием навыков правильного голосообразования, постепенной активизации мышечного аппарата гортани при минимальной нагрузке. Значение термина «фонопедия» В. В. Емельянов определяет как «комплекс педагогических воздействий, направленных на постепенную активизацию и координацию нервно-мышечного аппарата гортани с помощью специальных упражнений, коррекцию дыхания, а так же коррекцию самой личности обучающегося».

В основе системы лежит координационно-тренировочный метод, основанный на технологическом подходе. Он основан на объективно существующих факторах голосообразования: биологической целесообразности, энергетической экономичности, акустической эффективности, обеспечиваемые саморегуляцией, самонастройкой, самообучением человека на базе его мозговой активности.

Уровень образования обучающихся – от 7 до 17 лет.

Форма учебной работы – классно-урочная.

Приобретаемые навыки детей: комплексное певческое развитие, организация певческого аппарата.

Технологические условия – использование оборудования:

- фортепиано;
- CD проигрыватель;
- компьютер с выходом в сеть Интернет.

Организация работы на уроке:

На каждого учащегося составляется индивидуальный план. При его составлении, обращается внимание на правильное соотношение инструктивного и художественного материала, учитываются особенности учащегося: одарённость, музыкальные и интеллектуальные способности, физические особенности. В индивидуальном плане отражается последовательность художественного и технического развития обучающегося.

При выборе программы делается акцент на произведения, соответствующие способностям учащегося, задачам данного этапа его развития. Произведения выбираются по принципу яркости, конкретности и доступности художественных образов.

Особенности роли преподавателя:

Формирование и развитие специальных предметных компетенций учащихся, реализующих программу учебного предмета «Хоровое пение», предмета по выбору «Сольное пение» дополнительных предпрофессиональных и общеразвивающих общеобразовательных программ в области музыкального искусства:

- интеллектуальную, включающую в себя художественно-творческое мышление;
- ценностно-смысловую, заключающуюся в осознании художественной ценности произведения, его музыкального образа, духовно-эстетического смысла;
- творческую, основанную на развитие способностей, умении самобытно интерпретировать вокальные произведения;
- вокально-техническую, направленную на развитие и совершенствование индивидуального мастерства учащегося;
- компетенцию личного самосовершенствования, способствующую саморазвитию, самоактуализации, эмоциональной саморегуляции, расширению музыкального кругозора учащегося.

Содержание:

Введение.....	5
Фонопедические упражнения.....	5
Заключение.....	10
Литература.....	11

Организация певческого аппарата с помощью фонопедических упражнений на уроках сольного пения в Детской школе искусств.

Введение

Популярность сольного исполнительства необычайно возросла за последние годы, о чём свидетельствует появление детских вокальных конкурсов, фестивалей, шоу «Голос-Дети», где талантливые юные вокалисты поют с огромным желанием, отдачей и показывают незаурядные способности.

Предмет «Сольное пение» в ДШИ предлагается в качестве дополнительного, т. е. предмета по выбору. В нашей школе программа «Сольное пение» рассчитана на учащихся хорового и инструментального отделений для 1-8 классов, что соответствует возрастной группе с 7 до 17 лет.

В нашем случае занятия вокалом не является самоцелью, а служит элементом комплексного певческого развития. Что и говорить, пение самый технологически сложный вид искусства. Ведь инструмент находится внутри человека, он живой, капризный, зависимый от физического, эмоционального состояния. Его нужно вырастить, настроить, воспитать. Поэтому постановка голоса-это длительный, кропотливый процесс, в котором очень важна систематичность, комплексность направлений работы. Это освоение навыков певческого голосообразования с помощью различных упражнений, где очень важным является регулярность занятий, физическое состояние голосового аппарата.

Думаю, что каждый преподаватель, занимающийся этой проблемой, привносит в процесс обучения что-то свое, обновляет уже существующие методики. Я тоже за много проработанных лет старалась отбирать тот музыкальный материал, который помогает мне в преодолении и освоении тех или иных вокально-технических задач.

Фонопедические упражнения

К развитию вокальных навыков следует подходить дифференцированно, учитывая возраст детей, умение сосредоточенно работать. Важно ставить задачи, которые окажутся по силам детям.

Для того, чтобы голос становился управляемым, послушным, в практике вокальных школ всегда использовались упражнения, т.е. тот учебный материал, который воспитывает нужные вокально-технические навыки, помогает сосредоточить внимание ученика на основных моментах формирования звука.

Начиная свой путь преподавателя вокально-хоровых дисциплин, мне посчастливилось побывать на семинарах теперь уже очень популярного фонопеда-вокалиста, известного не только в нашей стране, автора методической рекомендации «Фонопедический метод развития показателей певческого голосообразования» В.В. Емельянова, Южно-Сахалинск, 1990 г.

Предлагаемые концепции, подход и метод существенно отличались от традиционных подходов и методов работы с голосом. Многие могли соглашаться или не соглашаться с этой методикой, но равнодушным не оставались, так как это, на мой взгляд, свежо, ново, интересно и убедительно. И уже в своей практике я увидела потрясающие результаты и интерес детей. (В 1998 г. дуэт в составе Кормес Елены и Потапенко Евгении становятся дважды стипендиатами Российского Фонда Культуры)

«Нет смысла обучать детей чему бы то ни было, что не пригодится во взрослой жизни», – говорит В. В. Емельянов. «Эксплуатационная, «пионерская» технология пригодиться не может. Зачем ее использовать? Глубоко убежден, что детей надо учить сразу взрослым приемам, а «детскость» проявится в исполнении, в отношении к миру».

Часто к нам приходят дети вокально не подготовленные. При пении неровно дышат, они словно захлебываются дыханием, поднимая при этом плечи. Такое поверхностное ключичное дыхание отражается и на звуке, и на здоровье ребенка. Для них характерно слаборазвитый артикуляционный аппарат, скованность, зажатость языка и нижней челюсти, медленный темп речи, неясное произношение звуков. Чтобы активизировать певческий аппарат (губы, язык, зубы, челюсть, нёбо), почувствовать естественную свободу, снять зажатость, я использую артикуляционные упражнения.

Попробуем активизировать губы:

- пошлепать губами, собрать их в трубочку;
- поднять верхнюю губу, показывая верхние зубы (зайчик);
- оттопырить нижнюю губу, показав нижние зубы(обиделись);
- произнести активно слоги с согласными «п», «б».

Активизировать язык:

- произнести слоги с согласными «т», «д», «р» в любой последовательности, в темпе и ритме (для активизации кончика языка);
- круговые движения языком в одну сторону, а затем в другую (чистим зубы);
- проколоть языком щеки (правую, левую), верхнюю губу, нижнюю губу;
- шинкуем язык, начиная с кончика;
- жуем язык боковыми зубами.

Учимся открывать рот:

- подвигаем нижней челюстью (влево, вправо);
- нижние зубы выдвигаем вперед и круговым движением опускаем нижнюю челюсть вниз – это упражнение необходимо делать по несколько раз, до легкой усталости в классе и дома;
- постучать зубами, как будто ощущаем легкий озноб. При этом наблюдаем в зеркало, чтобы лоб, брови, глаза были спокойны, без выражения страдания на лице;

-выразительно читаем перед зеркалом различные тексты, стихи, наблюдая за артикуляцией и дикцией.

Помогут организации дикции и артикуляционного аппарата упражнения с разными сочетаниями согласных:

ПТКА-А-А (О, У, Э, Ы)

БДГА-А-А (О, У, Э, Ы)

КПТА-А-А (О, У, Э, Ы)

ТПКА-А-А (О, У, Э, Ы)

ГБДА-А-А (О, У, Э, Ы)

Согласные, как и гласные должны быть поставлены на правильном выдохе. Уже одно это поможет исправить легкие дефекты речи. Надо ясно представлять какие части речевого аппарата (язык, зубы, губы) участвуют в артикуляции и какой силы поток воздуха нужен для произнесения тех или иных согласных.

Большая помощь в работе над дикцией и артикуляцией – скороговорки:

- проговариваем в разном темпе, постепенно ускоряя;**
- проговариваем с различными интонациями;**
- протягиваем любой гласный звук, помогая движением руки;**
- произносим скороговорки без голоса, активно взрывая гласные и согласные;**
- произносим скороговорки с голосом, проследить за активным звучанием взрывных согласных, особенно в конце слов.**

Постоянно, начиная с эстетического класса, включаю в работу «Дыхательные упражнения» А.Н. Стрельниковой: *«Ладони»*, *«Погончики»*, *«Насос»*, *«Кошка»*, *«Перекаты»*, *«Шаги»* и другие. Кроме лечебных свойств, от этих упражнений облегчается дыхание, в теле появляется легкость, ощущается прилив сил, появляется жизненный тонус и работоспособность, заметно улучшается настроение.

Работу над дыханием начинаю с самого простого – это выдувание воздуха как при дутье на горячую жидкость или свисте с вытянутыми губами. При этом движении автоматически возникает весь комплекс ощущений, именуемый «опорой» или «поддержкой». При этом никаких сознательных и целенаправленных действий никакими мышцами живота или груди не производится. Ребенок просто дует и все, то есть выполняет высокоавтоматизированное действие. Если же к этому выдуванию прибавить одновременную фонацию, то получится вроде «у» с продуванием. При этом отчетливо ощущается повышение давления в трахее и вибрационное ощущение в ней же. Очень хорошо действует и прием имитации звука «р» - вибрации губ, как дети имитируют шум автомобиля. Этот прием поддерживает высокий тонус дыхательной активности, помогает ярко ощутить головные вибрационные ощущения.

Воображаемое задувание свечей на праздничном тортике – это хороший пример представления о певческом дыхании. Обратит внимание у ребенка на

задержку дыхания – это перестройка от вдоха на выдох. Настроиться, расслабиться, губы активны, но не зажаты, слегка раздвинулись ноздри. Лицо спокойно, естественно, гармонично (всегда напоминаю об этом при пении детям.) Большой помощник здесь может быть зеркало. Очень важно сохранить эту природную координацию стольких мелких процессов. Постараться вынести это ученику на уровень сознания. Бывает все – таки, что дети не могут ощутить дыхательные мышцы. Прошу руки положить на косые мышцы живота (под нижние ребра) и сделать толчкообразные движения диафрагмы и живота на согласном «г». В этом упражнении, как и в любом другом, можно выявить комплекс выработки и других навыков. Предлагаю разные ритмы: четвертные, восьмые, триоли. Заметила, что детям больше нравятся триоли. Они назвали это упражнение «Паровозик». На одном дыхании можно проговаривать три, четыре, пять и более триолей. Выдохнуть оставшийся воздух, подождать пока захочется вдохнуть и можно продолжать работу. Это упражнение дает почувствовать не только нижнюю опору, но и верхнюю.

Упражнение «Пылесос» - это хороший массаж для связок. Раскачиваемся на двух нотах, изображая звук пылесоса, «у» с продуванием. Ровно, медленно звук

спадает и поднимается. Держать поток воздуха, как будто вместо него льется вода ровным и непрерывным потоком. Экономно расходует дыхание и стараемся сохранить состояние вдоха.

Предложенные упражнения для укрепления навыков дыхательных движений следует выполнять регулярно, особенно в начальном этапе работы. На каждом уроке по две, три минуты, так как навык певческого дыхания-это база вокальной техники и от него зависит качество звука. Необходимо добиваться активного, целенаправленного, собранного дыхания в упругий «пучок», «кулак».

Для ощущения высокой позиции, прошу детей положить указательные пальчики под ухо. Открыть рот-пальчики сразу должны провалиться в ямку под ухо. Оставаясь в этом положении, нужно «послушать» ощущение естественной свободы рта, нижней челюсти, языка, горла, слегка поднять крылья носа и постараться «посмотреть» внутренним взором все органы. После этого сомкнуть губы, но не плотно и, оставляя горло таким же свободным, помычать на удобном звуке, ощущая щекотание на верхней губе, зубах и переносице. Если нет ощущения щекотания, значит поджато горло. Направить звучание к верхним зубам (сравнить с гудком парохода, завода).

Или понюхать аромат цветка, воображение поможет ощутить то место, куда проникает аромат, надо запомнить, повторить много раз. Это и есть легкий вокальный зевок, певческий купол, высокая певческая позиция. Такое ощущение должно быть одновременно с дыханием перед началом пения, помня о свободе нижней челюсти, крыльях носа, горле и ощущения естественной свободы.

Зеваем закрытым ртом-верхняя челюсть поднимается, а глотка опускается. Необходимо почувствовать ощущение комфорта. Запомнить это состояние и

попробовать мягко и певуче спеть первые ступени гаммы До мажор: до, ре, ми, ми, ми, ре, до. Должно быть ощущение щекотания в области лба и легкое щекотание в области губ. Это значит, что сделано верно и звук резонирует в тех пустотах, которые есть в голове. Эти упражнения проделывать в разных вариациях, в пределах квинты, сексты. До тех пор, пока не будет уверенности, что звук приятен и максимально удобен.

Не меняя позиции, доходим до верхней ноты закрытым ртом, а потом размыкаем зубы и идем вниз. Получившийся наверху звук похож на «ми». Важно, чтобы «ми» ощущалось как при закрытом звуке. Главное, сохранить ту же высокую позицию, чтобы резонатор был заполнен звуком. Можно продолжать работу вверх, вниз по полутонам в пределах квинты, сексты.

Во время зевка можно проследить за движением кадыка, мягко нащупав его пальчиками. Кадык опустится вниз. Нужно научиться сохранять это состояние во время пения.

Эти упражнения помогут найти ощущение легкого зевка, обращая внимание на твердое небо, верхний свод, широкое, свободно опущенное горло. Если все это удалось, берем дыхание, атакуем в высокую позицию, и, в результате, возникает красивый, естественный звук.

Взаимосвязь регистров всегда была большой проблемой вокальной педагогики и, прежде всего, проблемой было устранение регистрового порога, сглаживания «швов» между регистрами.

Приступая к работе с переходными нотами, возьмем квинту в удобной тональности (ля – ми, ре, до, си, ля) к ноте «ми» сделаем глиссандо, чтобы почувствовать переходную ноту. Если ее не оказалось на этом участке диапазона, нужно подняться вверх по полутонам. Поём на легато и сохраняем высокую позицию. Во время глиссандо нужно чувствовать максимальную свободу и удобство. Малейший зажим испортит результат. Очень важно чувствовать опору. Нижняя нота должна быть насыщена, красива, устойчива и тогда верхняя в головном регистре получится также хорошо. Во время глиссандо не менять позицию, иначе верхняя нота прозвучит плоско. На переходной ноте не бояться «петуха». Когда его поймаете, будет легче с ним справиться.

Учащийся осознал правильную позицию, почувствовал себя комфортно, можно расширить упражнение до октавы. Поём пока учащиеся чувствуют себя комфортно на самой верхней ноте. Как только почувствует дискомфорт, сразу вернуться туда, где удобно, чтобы закрепить положительный результат и правильные ощущения. Можно включать в распевку септаккорды, чередуя гласные.

От фа второй октавы у женщин (детей) поётся только нейтральная гласная. Её можно охарактеризовать как нечто среднее между «а», «у», «ы». При этом звуке растяжение глоточной части приближается к форме «у», рот открыт на «а», а язык находится в положении «ы». Задание выглядит, конечно, сложным и парадоксальным, но эти два элемента: открытие рта на «а» и положение звука на «ы», контролируется визуально и абсолютно выполнимо. Далее меру

найдет саморегуляция. Не забывать после большой нагрузки успокоиться. Можно физкультминуткой.

Не менее трудным навыком является вибрато. Это очень ценный элемент человеческого голоса, обязательный показатель европейского пения.

Эталонная частота вибрато легко воспроизводится ритмически, выстраивая ритм триолей-восьмых. При метре 4/4 и темпе 120 четвертями. Две четверти в секунду, при пульсации восьмых триолей, дадут шесть колебаний в секунду, то есть частоту вибрато. Если произнести «ха» в таком темпе и ритме в течение одного такта, то возникает «принципиальная схема» вибрато. В результате такого действия возникают специфические ощущения пульсации диафрагмы, отражающиеся на передней стенке живота. Можно без сомнения брать на вооружение-проверено на опыте годами. Начало уже было положено выше в упражнении «Паровозик».

Предлагаю одно из непростых упражнений. Поем пять звуков мажорной гаммы -пятую ступень повторяем пять раз. После чего возвращаемся к начальному звуку-тонике. Для выработки вибрато, как я говорила выше, упражнения выполняются в строго определенном темпе. Начинаящим певцам темп брать более умеренный. При исполнении упражнения, возвращаясь от пятой к первой ступени, вместо коротких пауз (стаккато) понизить громкость. Таким образом будет звучать пять коротких нот с плавным волнообразным изменением громкости, где есть пять пиков и четыре впадины между ними. Главное добиваться равномерности, чтобы расстояние между пиками были одинаковыми по времени, а также, чтобы пики и впадины были одинаковыми.

Вибрато-двигательный навык. Его даже можно сравнить с началом обучения езды на велосипеде, так как после некоторого времени дискоординации, обретают равновесие и возникает автоматизм.

Можно использовать в освоении вибрато, помогая толкать низ живота рукой, тоже в определенном темпе и ритме. Некоторые преподаватели предлагают положить руку в область кадыка, чтобы почувствовать мышцы гортани. Для меня более действенные упражнения, описанные выше.

Заключение

Анализируя свой многолетний опыт с детьми на уроках сольного пения, можно сделать вывод, что основной путь вокального воспитания заключается в создании для ребенка условий, при которых процесс формирования пения шёл естественно и последовательно, усложняя дидактический материал. Я в своей работе попыталась поделиться некоторыми приемами и упражнениями, которые способствуют организации певческого аппарата. Уверенна, что их правильное выполнение обеспечивает более органичное включение всех звеньев певческого аппарата. Их комплексное непринужденное действие. Ценность такого метода не вызывает сомнения, а наоборот помогает найти крупинки истины и тот короткий путь организации мышечной координации. Убедилась в хороших результатах своих учеников на протяжении многих лет.

Литература

1. Алмазов Е.И. О возрастных особенностях певческого голоса у дошкольников, школьников и молодежи. В кн. Развитие детского голоса. - М.: «Музыка», 1963.
2. Дмитриев Л.Б. Основы вокальной методики. – М.: «Музыка», 1968.
3. Емельянов В.В. Развитие голоса. Координация и тренинг. – М.: «Музыка», 1987.
4. Емельянов В.В. Фонопедический метод развития показателей певческого голосообразования (методические рекомендации). – Южно-Сахалинск: «Молодая гвардия», 1990.
5. Маркова Е.С. Развитие певческого голоса на начальном этапе обучения. – М.: «Музыка», 1972.
6. Менабени А.Г. Методика обучения сольного пения. – М.: «Просвещение», 1987.
7. Примерная программа Индивидуальная певческая практика. - СПб.: «Композитор», 2000.
8. Стулова Г.П. Теория и практика работы с детским хором. – М.: «Владос», 2002.
9. Щетинин М.Н. Дыхательная гимнастика А.Н. Стрельниковой. - Ростов-на-Дону: «Феникс», 2000.