

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ.

« ИГРАЙ ГОЛОСОМ, ИГРАЙ С ГОЛОСОМ» (1часть)

*Упражнения на разные виды дыхания,
упражнения – распевки на развитие музыкальной памяти,
образного и ассоциативного мышления, воображения,
чувства ритма, координации слуха и голоса.*

Автор-составитель:

Ларина Татьяна Альбертовна -

Педагог дополнительного образования,

Соавторы:

Гончарук Виталий Евгеньевич -

Педагог дополнительного образования,

Рахимзянова Надежда Рашитзяновна -

Концертмейстер.

Санкт-Петербург

2019

Театральные и музыкальные упражнения для индивидуальных и групповых занятий в театральных, театрально-музыкальных студиях, театрах. Для групп общего развития детей.

Распевки на развитие координации движения рук, ног, слуха и голоса, чувства ритма, музыкальной памяти, образного и ассоциативного мышления, воображения. Интонационно-координационные, фонопедические упражнения, включая световые ощущения и представления.

Начну с того, что любые занятия связанные с голосом особенно для маленьких детей или начинающих новичков любого возраста сопровождаются в игровой форме. Надо импровизировать настроение и состояние возможности выполнять упражнение. В момент «игры» человек расслабляется, перестает стесняться, может позволить себе издавать различные звуки. Это очень важно. Психологически - зажатое состояние человека не дает свободы нашему телу и голосу в том числе. Все взаимосвязано. Поэтому как можно больше элементов «Игры». И с вашей стороны в том числе. Вы пример, вы играете своим голосом, своими интонациями, разными звуками, от вас идет подача того, что ваш ученик или ученики должны изобразить и сделать. Неловкость в поведении педагога передается ученикам, также и другие эмоции. Если ваш ученик, не зависимо от возраста, видит с вашей стороны пример игры то и сам с большим удовольствием включится в процесс.

Игра «Зеркало»- вы показали, за вами повторили.

Данные упражнения и распевки использованы в практической работе в театральных, театрально-музыкальных коллективах.

Что такое дыхание?

Как помочь понять детям или начинающим доступно и доходчиво дышать, «чем?» и «как?» дышать во время пения или произношения какого-то упражнения.

Упражнения на дыхание.

1.«Перед сном»

Лечь на пол, на спину, положить руку на живот. Полностью расслабить все мышцы и, вспоминая, как умиротворённо дышится перед сном, попытаться отследить технологию этого вдоха. Затем следует обратить внимание на положение живота, диафрагмы, грудной клетки в процессе дыхания и попытаться мысленно зафиксировать это положение.

Необходимо повторить вдох, сознательно утрируя движение мышц живота; обратить особое внимание на расслабленность плеч. Когда же ученик понял принцип дыхания и овладел им, приступаем к вариантам упражнения со счётом (выполняются лёжа).

Вдох – задержка дыхания – выдох на счёт. Сначала выдох длится 3 счёта, затем 6, 9 и т.д.

Вдох 5 с. – задержка дыхания 5 с. – выдох 5 с. Повторить 6 раз.

2.«Погреем руки». Участники ставят перед ртом ладонь и широко раскрытым ртом медленно выпускают воздух на ладошку.

3.«Комарик». Участники становятся в шахматном порядке. Руки в стороны. Перед носом у каждого вьётся со звуком «з – з – з – з» «комарик». Звук произносится на выдохе, на одном дыхании. На выдохе руки медленно сводятся, и в конце дыхания «комарик» прихлопывается.

4.«Черепашка-2»

Шею вытянуть вперед – вдох в живот, убрать назад – «холодный выдох» через длинное произнесение звука «п».

5.«Дровосек»

Вдох – руки подняты вверх, как бы держат топор. Выдох со словами «и – раз», руки опускаются вниз – раскололи полено. Таким образом, вдох – замах, выдох – удар.

Все эти упражнения направлены на развитие диафрагматического дыхания. В игровом пространстве посредством физических движений, помогающих «открывать» диафрагму, мы постепенно увеличиваем объём воздуха и учимся распределять протяженность и силу выдоха, от которых напрямую зависит долгота и сила звука.

УПРАЖНЕНИЯ НА ТРИ ВИДА ВЫДЫХАНИЯ.

Цель. Разогреть мышцы дыхательного аппарата.

1-й вид обслуживает спокойную, плавную звучащую речь.

Свистит ветер - ССССССС...

Шумят деревья - ШШШШШ...

Летит пчела - ЖЖЖЖЖЖ...

Комар звенит - ЗЗЗЗЗЗЗЗЗЗ...

2-й вид обслуживает волевою, но сдержанную речь.

Работает насос - ССССС! ССССС! ССССС!

Метёт метель - ШШШШШ! ШШШШШ! ШШШШШ!

Сверлит дрель - ЗЗЗЗЗ! ЗЗЗЗЗ! ЗЗЗЗЗ!

3-й вид обслуживает эмоциональную речь в быстром темпе.

Кошка сердится - Ф! Ф! Ф! Ф!

Пилит пила - С! С! С! С!

Заводится мотор - Р! Р! Р! Р!

Дети могут сами придумывать подобные упражнения и соединять все три вида выдыхания в одном упражнении. Например:

МОТОЦИКЛ

Заводим мотор: Р! Р! Р!... РРРРР! РРРРР! РРРРР! Поехали быстрее и быстрее: РРРРР! РРРРР! РРРРР!

Игры и упражнения на опору дыхания.

ДРЕССИРОВАННЫЕ СОБАКИ

Ход. Выбирается ребёнок – дрессировщик, который предлагает остальным детям – цирковым собачкам решать простейшие задачки, самостоятельно им придуманные. Вместо ответа «собачки» произносят «ав – ав – ав!» соответствующее число раз.

ПТИЧИЙ ДВОР

Ход. Дети воображают, что попали в большой деревенский двор, они должны позвать и покормить всех его обитателей. Дети коллективно или по одному зовут уток (уть – уть – уть – уть), петушка (петь – петь – петь – петь), цыплят (цып – цып – цып), гусей (тега – тега – тега – тега), голубей (гуль – гуль – гуль), вдруг появилась кошка (кис – кис – кис – кис), она попыталась поймать цыплёнка (брысь! брысь!). Курица зовёт разбежавшихся цыплят:

ЭХО (по Н. Пикулевой)

В е д у щ и й Д е т и

Собирайся, детвора! Ра! Ра!

Начинается игра! Ра! Ра!

Да лошадок не жалеи! Лей! Лей!

Бей в ладошки веселей! Лей! Лей!

Сколько времени сейчас? Час! Час!

Сколько будет через час? Час! Час!

И неправда: будет два! Два! Два!

Дремлет ваша голова! Ва! Ва!

Как поёт в селе петух? Ух! Ух!

Да не филин, а петух? Ух! Ух!

Вы уверены, что так? Так! Так!

А на самом деле как? Как! Как!

Если кто – то закукарекал, отдаёт фант, и игра начинается сначала.

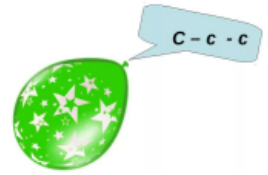
Музыкально-речевые упражнения

Упражнения для развития слуха, голоса, координации, интонации, музыкальной памяти, воображения, образного и ассоциативного мышления, чувства ритма.

Одна из основных задач в этих упражнениях следить за работой мышц живота передней стенки. Все упражнения должны выполняться с помощью притуживания мышц живота. Чем выше ноты, тем больше притуживание живота.

- ❖ **Шарик.** 1- Короткий....«с-с-с-с» (выталкиваем, подталкиваем..у всех свои ощущения) передней стенкой живота.

Упражнение можно сопровождать музыкальным инструментом.. Короткое звучание аккорда (стаккато- **staccato**)(мажорного или минорного трезвучия - настрой и окраска трезвучия зависит от настроения, которое вы бы хотели передать - яркое или более спокойное (надо импровизировать) в ритме



ПОДТАЛКИВАНИЯ ЗВУКА «С,-С,-С,-С,-С,-С,-С» (имитируя насос).

- ❖ Шарик. 2** - Долгий сдувающийся шарик « ssssssssssssssss» на одном дыхании.

Представляем, что в руки взяли большой шарик воздушный, и он у нас в руках медленно сдувается. Ладони рук по окончании дыхания соединяются тихим хлопком.

Упражнение можно сопровождать музыкальным инструментом. Играем по гамме до квинты или по разложенному трезвучию, арпеджио. Сопровождение звучит пока «сдувается шарик» до хлопка.



❖ **Мотор.** 3- выдох в губы на звук изображающий звук работающего мотора машины «Б(Р)Б(Р)Б(Р)б(р)б(р)» звонкого с голосом .



Начинаем на низких интонациях(низким голосом) с переходами на более высокие интонации(высоким голосом) и возвращаемся снова на низкие.



(Изображаем мотор машины, вертолета, подлодки, даже паровоза и т.д.- импровизация... руки



показывают движения руля, лопастей, пропеллера, моторчика, тяжелые, большие колеса (маховики) паровоза, винт подлодки под водой и т.д...)

Если есть возможность сопровождения музыкальным инструментом будет интереснее, ярче, легче. Сразу ведем речь о том, что диапазон возможности голоса у всех разный. Предлагаемые тональности игры примерные. Каждый педагог должен знать возможности своих учеников. Распевки должны быть в удобном диапазоне ученика. Голос не должен звучать напряженно, крикливо и зажато.

Игра на музыкальном инструменте: По квинте C- dur : c, d, e, f, g, f, e, d, c. Затем повышаем тональности по полутонам (C#, D, D#, E, F, F#, G.. и т.д. можно до c² (C- dur) , d² (D-dur).



мотор машины (Б(Р)-б(р)-б(р)-б(р)-б(р)-----делается губами (выдох в губы).

Если не получается указательными пальцами прижать щечки возле губ при вялом посыле дыхания, надо очень хорошо работать мышцами передней стенки живота.

- ❖ Гудок «паровозный или пароходный «Ту-Ту» . 4- В конце упражнения «Мотор» вы просто можете выкрикнуть последний звук «Ту – Ту» (ощущение, когда вы зеваете).

Голос издает высокий звук. Детям очень нравится баловаться со звуками и такие упражнения будут проходить на ура.



« ТУ-ТУ »



« ТУ-ТУ »



« ТУ-ТУ »

Это упражнение раскрепощает и помогает понять состояние «Возгласа», что очень важно в занятиях с голосом, именно не «Крика», а «Возгласа». Здесь тоже присутствует игра и импровизация. «Гудок » он тоже может быть разнообразным. И, конечно же, нам должна помочь правая рука(машиниста), Когда мы изображаем «Гудок» голосом (что делает машинист

рукой старого паровоза, чтобы прозвучал гудок ?).





Здесь нужна помощь инструмента.

Или По квинте C- dur : c, d, e, f, g, f, e, d, c.

Упражнение также можно варьировать с этим звуком на разные попевоочки. Все зависит от вашей фантазии.



(P-P-P-P-P-P-P-P-P-P-P-P-P-P-P-P-P-P-P-P)

