

*Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Огудневская детская школа искусств
Щёлковского муниципального района Московской области*

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА
на тему «Вокальные упражнения как способ
формирования вокально-певческих навыков у
учащихся младшего школьного возраста»**

Подготовил:
Кимнатная Наталья Алексеевна
преподаватель академического вокала, хора
МБУДО Огудневской ДШИ ЩМР МО

г. Щёлково

Содержание

1. Введение	3
2. Вокальные упражнения как способ формирования вокально-певческих навыков	4
2.1. Дыхательные упражнения	5
2.2. Упражнения на артикуляцию	6
2.3. Вокальные упражнения	8
3. Заключение.	10
4. Список литературы	11

ВВЕДЕНИЕ

Вокальные упражнения используются не только при разогреве голосового аппарата, но и являются основой развития вокальных навыков. Данная методическая разработка поможет начинающим музыкальным руководителям и педагогам по вокалу.

Одной из важнейших задач распевания является не только подготовка голосового аппарата к работе, но и формирование у детей основных певческих навыков, к которым относятся:

- певческая установка;
- певческое дыхание и опора звука;
- высокая вокальная позиция;
- точное интонирование;
- ровность звучания на протяжении всего диапазона голоса;
- использование различных видов звуковедения.

Все вокальные навыки находятся в тесной взаимосвязи, поэтому работа над ними проводится параллельно. Естественно, каждое вокальное упражнение имеет цель формирования каких-то определённых навыков, но при его исполнении невозможно выпустить из внимания остальные. Это и является основной сложностью для маленького певца – усвоить, что для достижения устойчивого результата, необходимо использовать абсолютно все знания, умения и навыки, полученные на занятиях.

Основой вокальных упражнений является «концентрический» метод вокальной школы М. И. Глинки, который включает в себя стабильные упражнения, разработанные для систематического использования из года в год, а также элементы фонетического метода В.В. Емельянова и личный опыт многолетней работы с детьми. Все рекомендации отвечают современным требованиям здоровьесбережения.

Упражнения выполняются, как правило, в начале урока, и их целью является не только формирование и развитие вокальных навыков, но и подготовка голосового аппарата к работе, а именно – распевание. Основная задача преподавателя вокала научить пользоваться голосом во всём многообразии его нюансов, выявить красоту тембра, развить выносливость голосовых связок. Наши ученики далеко не всегда становятся профессиональными исполнителями, но навык правильного использования голосового аппарата поможет им не только в профессиональной деятельности, связанной с большой голосовой нагрузкой, но и в общении с людьми, поможет сделать речь интонационно разнообразной и грамотной.

Сущность «концентрического» метода вокальной школы М.И. Глинки основывается на таких правилах:

- развивать голос следует исходя из примарных, натуральных звуков.
- объем, диапазон голоса, в пределах которого можно в основном работать, для слабых, певчески мало развитых голосов (как и больных) – всего лишь несколько тонов, для здоровых певцов – октава. И в том, и в другом случае не должно быть никакого напряжения.
- работать надо постепенно, без торопливости.
- ни в коем случае нельзя допускать форсированного звучания.
- петь следует на умеренном звучании (не громко и не тихо).

В основе фонетической системы В. В. Емельянова лежит координационно-тренировочный метод, основанный на технологическом, отстраненном от музыкально-исполнительских задач, подходе. Развивающие голосовые игры предусматривают создание игровых ситуаций, в которых дети непринужденно выражают эмоции вне и независимо от какой-либо эстетики и традиций.

Вокальные упражнения как способ формирования вокально-певческих навыков

Начальным этапом пения является распевание. Оно имеет две функции:

- 1) Разогревание и настройка голосового аппарата певцов к работе.
- 2) Развитие вокально-технических навыков, достижения качественного и красивого звучания в произведениях.

Распевание способствует образованию певческих навыков (дыхание, звукообразование, артикуляция, резонирование).

Начинать занятие я рекомендую с дыхательной гимнастики.

Чтобы сказать или спеть на дыхании фразу, нужен достаточный объем воздуха, который проходя постепенно, струёй через горло, как смычок по струнам, заставит наш "голосовой инструмент" звучать. Главная идея здесь показать важность дыхания в процессе звукообразования. Дыхание в пении должно быть активное, целенаправленное. Поющий должен так брать дыхание, чтобы «раскрывалась» грудная клетка, наполняясь воздухом, а плечи были спокойными, спина прямой.

Дыхательные упражнения

Вот пример простых дыхательных упражнений, которые развивают и укрепляют дыхательный аппарат:

1. Положите руки ладонями на ребра (на бока, пальцами к центру груди) и глубоко вдохните. Не поднимайте плечи. Ваши руки ощутят, как расходятся ребра под напором входящего в грудь (в лёгкие) воздуха. Это означает, что вы взяли приличный объем воздуха. Сбросьте дыхание, выдохните. Руки должны ощутить, как опали ребра.

2. Сначала проведите языком около корней верхних передних зубов. От зубов назад идёт твёрдое нёбо. Ощутите эту зону: корни передних резцов, твёрдое нёбо. А теперь на вдохе (контролируем руками рёбра) ощущаем объём входящего воздуха, а на выдохе считаем чётким, громким голосом (1, 2, 3,4,...)Представьте, что твёрдое нёбо очень "высокое", куполом, как крыша зонта или парашюта. В эту зону мы направляем поток выдоха, там звучит наше слово. Это упражнение можно проработать от шёпота до крика и наоборот.

3. Задувание воображаемой свечи. Положите ладони рук на ребра. Вдохните и начинайте "дуть на свечу". Обратите внимание, как природа замечательно координирует ваши действия: воздух из лёгких выходит постепенно и плавно, ребра не опадают мгновенно, а постепенно, по мере выдувания. Такая же естественность выдоха должна быть и в пении, когда дыхательном процессе в пении, координации всех процессов. Выполняйте его чаще, делайте не торопясь, внимательно, не зажимаясь. Иногда его можно сделать среди пения, чтобы проверить правильность своих ощущений.

4. Надуваем и спускаем воздушный шар. Положите ладони рук на рёбра. Вдохните и зафиксируйте вдох шарик завязали ниточкой).Затем постепенно, без толчков выпускаем воздух , произнося -сссс- (ниточку постепенно развязываем). Шарик становится меньше и " убегает " в спинку (следим, как опускаются рёбра и живот).

5. Заводим машину Делаем вдох (ладони рук на рёбрах) и спокойно произносим брр, брр. Следим за ощущением опоры рёбра расширены, живот чуть впереди). Затем можно поиграть со звуком. Машина едет по ровной дороге (бррррр --- на одной высоте), машина едет вверх вниз(стараемся это показать в звуке) .

6. Запускаем ракету (ладони рук на рёбрах или на животе), набрать воздух через рот, при этом открыв его куполом на «А», после этого произносим «А» постепенно усиливая звук от шёпота до крика. Для маленьких начинающих певцов это упражнение можно проводить с положения «сидя на корточках» и, постепенно с усилением звука подниматься вверх.

7. Скрип двери. Это упражнение также выполняется на звук «А», выполняем голосом имитацию скрипа, одновременно следим за дыханием (ладони рук на животе или на рёбрах), должно быть ощущение опоры. Можно импровизировать звукам (дверь закрылась, дверь открылась).

8. Последние три упражнения можно отнести не только к дыхательной гимнастике, но к и артикуляционной. Здесь уже задействованы: гортань, язык, губы, мягкое и твёрдое нёбо. Во время выполнения этих упражнений происходит «разогрев» голосового аппарата.

Упражнения дыхательной гимнастики не только восстанавливают дыхание и голос, но и вообще чрезвычайно благотворно воздействуют на организм в целом: восстанавливают нарушенное носовое дыхание, улучшают дренажную функцию бронхов, положительно влияют на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и лёгочной ткани, повышают общую сопротивляемость организма, его тонус, улучшают нервно-психическое состояние организма. Необходимо следить за тем, чтобы при вдохе не поднимались плечи, не напрягались мышцы шеи.

Упражнения на артикуляцию

1. Для активизации языка. Пошевелите языком из стороны в сторону, вперёд, назад, вправо, влево, круговые обороты в обе стороны, "винтиком", "трубочкой". Высуньте кончик языка и быстро-быстро перемещайте его из угла в угол рта.

2. Почувствуйте кончик языка, он активный и твёрдый, как молоточек. В этом вам поможет воображение. Побейте кончиком языка по зубам изнутри, как будто (беззвучно) говорите: да-да-да-да. Хорошо в этот момент надо представить себе "высокое небо" и объёмный рот. Энергично произнесите: Т-Д, Т-Д, Т-Д.

3. Чтобы освободить язык и гортань выполните такое задание: быстрый, короткий и глубокий вдох носом, затем полностью выдохнуть

через рот. Выдох резкий, как "выброс" воздуха со звуком "ФУ" (щеки "оппадают").

4. Чтобы укрепить мышцы гортани, энергично произнесите: К-Г, К-Г, К-Г.

5. Чтобы активизировать мышцы губ, надуйте щеки, сбросьте воздух резким "хлопком" через сжатые (собранные в "пучок") губы. Энергично произнесите: П-Б, П-Б, П-Б.

6. Просто откройте рот, подвигайте челюстью в стороны, почувствуйте свободу этого движения. Делайте его перед зеркалом, пока не почувствуете лёгкую усталость. Это упражнение для освобождения нижней челюсти. Нижняя челюсть должна быть свободной, но не приоткрытой. Тяжёлая, болтающаяся нижняя челюсть бьёт по гортани, делает звук бесформенным, артикуляцию переукрупненной.

На развитие дикции направлены следующие приёмы: Чтение скороговорок. Читать их надо сначала медленно, постепенно убыстряя, по мере успешного совершенствования. При этом важно следить за ритмичностью произношения. Не забывать про темп:

На дворе трава, на траве дрова.

Не руби дрова на траве двора.

Шит колпак не по колпаковски,

Надо его переколпаковать.

Ты сверчок сверчи, сверчи,

Сверчать сверчаток научи.

Андрей-воробей, не гоняй голубей.

От топота копыт, пыль по полю летит.

Шесть мышат в шалаше шуршат.

После того, как ученик усвоил текст скороговорки, можно придумывать из них простые песенки, которые потом исполнять в медленном темпе, постепенно ускоряя.

Распевание занимает большую часть урока вокала на начальном и среднем уровне обучения (20-30 минут). В дальнейшем, по мере

укрепления голосового аппарата и освоения основных вокальных приемов, время на распевание сокращается до 15 минут.

Формирование качественного певческого звука, как правило, вырабатывается на упражнениях. Ровность голоса, ровность гласных, развитие диапазона - все это, прежде всего, результат работы на специально подобранных системах упражнений.

Упражнения должны быть предельно просты в музыкальном отношении, они не должны включать в себя большого количества нот, должны быть ритмически простыми и мелодически ясными, не содержать больших интервалов, не затрагивать крайние ноты диапазона. Должны исполняться в умеренном темпе. Вначале следует подыгрывать мелодию, постепенно переходя к пению соло под аккомпанемент.

Упражнение для распевания должны быть хорошо продуманы, и даваться систематически. При распевании (пусть и кратковременном) педагог должен давать различные упражнения на звуковедение, дикцию, дыхание. Но эти упражнения не должны меняться на каждом уроке, потому как дети будут знать, на выработку какого навыка дано это упражнение, и с каждым занятием качество исполнения будет улучшаться. Умеренная сила голоса и работа на центральных звуках диапазона способствует стабильному правильному выполнению этих упражнений. Очень важно учитывать индивидуальные возможности обучающегося и следовать правилу: от простого - к сложному.

Вокальные упражнения

— пропевание «дорожки». Это упражнение состоит из 3-х звуков восходящего и нисходящего движения в диапазоне б.3. Исполнять можно на любой слог, исходя из индивидуальных особенностей ученика. "Ми-и-и-и-и", например, как вариант для начинающих. Звук И вырабатывает близкое, звонкое и полетное звучание, но нужно округлять звук. На начальном этапе упражнение помогает объяснить понятия легато и кантилены. Для этого можно употреблять такие слова: плывём на лодочке, дорожку надо пропеть без толчков.

— упражнение «Удивляемся» построено на нисходящей интонации Маж.5 3. Исполняется на слог «Ой-ой-ой». При пении гласного О, звук округляется, так как глотка принимает форму звука О и хорошо открывается и в конце в этом положении спеть Й. Это упражнение очень

хорошо подходит для выработки ощущения высокой позиции. Чем выше, тем больше удивление.

— упражнение для формирования навыка фразировки - это секвенция нисходящих терций в пределах мажорного звукоряда. Первая, половинная нота, - исполняется с мягким акцентом; вторая, четверть-легко, округло. Следить, чтобы в момент вдоха, четвертная нота не очень сокращалась. Люблю это упражнение выполнять на «мия» или «миа». Для раскрепощения нижней челюсти, которая часто зажата у начинающих вокалистов, хорошо петь гласный А. Слог Ми - позволяет выработать близкое, звонкое звучание; нисходящее движение, данное сочетание звуков - помогает ощутить высокую позицию звука.

— пение нисходящего мажорного звукоряда на слог Ди-ди в быстром темпе, последний звук(тоника) исполняется на Да. Это упражнение служит для выработки лёгкости, звонкости звучания голоса, а также ощущения высокой позиции звука и расширения диапазона. Детям можно объяснять: покатился лёгкий мячик, верхушечку зацепить и покатались и т. д.

Умение плавно переходить от одной ноты к другой, без толчков, без перерывов в дыхании называется кантиленой. Это можно сравнить с ожерельем, где бусины нанизаны на нитку одна за другой, или с игрой скрипача, когда смычок плавно идёт по струнам, рождая мелодию. Во время занятий с детьми надо следить за звуком. Во время пения применять мягкую атаку звука, звук «не форсировать».

Следует отметить, что особое место в развитии вокальных навыков занимает пение вокализов. Работа над вокализами поможет в решении следующих задач:

- выработка и укрепление певческого дыхания;
- формирование кантилены;
- сглаживание звучания переходных звуков и выравнивание гласных;
- расширение диапазона;
- выработка навыков пения в высокой позиции;
- развитие гибкости и подвижности голоса;
- работа над тембровыми особенностями голоса.

Вокализы для работы в классе вокала нужно подобрать, исходя из технических и исполнительских возможностей ученика. Пение вокализов поможет повысить выносливость голоса, развить диапазон, чувство фразировки и движения мелодии, поможет овладеть подвижной и контрастной динамикой. Вокализы можно петь на разные слоги или

гласные, а также сольфеджировать их, то есть петь с названием нот. Эти формы работы следует чередовать в зависимости от конкретно поставленной задачи. К пению вокализов необходимо относиться серьезно, как к любому другому вокальному произведению, исполнение доводить до совершенства, степень которого доступна для ученика на момент работы над конкретным вокализом. Технические и исполнительские возможности будут постепенно совершенствоваться. Но ученика нужно приучить выполнять все композиторские указания: придерживаться не только технических требований, но и исполнять вокализы музыкально и эмоционально. А эти качества помогут профессионально исполнять произведения с текстом. На начальном этапе работы рекомендуются вокализы Ф. Абта, Г. Зейдлера, И. Вилинской.

Заключение

Наиболее простым видом музыкального материала, с которым приходится сталкиваться ученику, начинающему учиться петь, – это упражнения. Однако упражнения не являются уделом только первого этапа развития голоса. Навыки, формирующиеся во время распевания, впоследствии, – становятся рефлексными. И, по сути, в одном упражнении можно выявить целый комплекс выработки навыков. Эти упражнения обязательно должны быть выбраны в определённой последовательности. Не нужно выбирать много упражнений, так как там будут чрезмерные задачи, это будет перегрузкой для детей, следовательно, отсутствие приобретения навыка. Результат хорошей вокальной "школы" – это когда мышечный автоматизм в пении проходит через слуховой "контроль" поющего. Надо с самых первых упражнений учиться слушать свой голос, уметь его воспринимать критически, но и уметь его любить, как нежное растение, растить, оберегать, любоваться – тогда голос зазвучит, заблестит.

Список литературы

1. Багадуров В. А. Воспитание и охрана детского голоса. Сб. статей. - М., 1954.
2. Багадуров В. А. Начальные приёмы развития детского голоса. - М., 1954.
3. Глинка М. И. Упражнения для усовершенствования голоса. Школа пения для сопрано. - Планета музыки, Лань, 2012.
4. Емельянов В.В. Развитие голоса . Спб., 1997.
5. Стулова Г. П. Развитие детского голоса в процессе обучения пению, Москва, изд. «Прометей» МПГУ им. В. И. Ленина, 1992.
6. Вокальная работа с детьми. - М.: Учебно-методическое пособие, 2006.