Муниципальное Бюджетное Общеобразовательное
Учреждение Дополнительного Образования
Егорлыкский Центр Внешкольной Работы

Методическая разработка мастер-класса по вокалу
на тему: **«Певческая установка.»**

педагога дополнительного образования
Науменко Ю.Ю.

Ст.Егорлыкская
2022г

Пояснительная записка

Обучение вокалу в объединениях учреждений дополнительного образования, в школах искусств обеспечивает личностное, регулятивное, познавательное, коммуникативное формирование универсальных учебных действий у учащихся. Обогащается эмоционально – духовная сфера, формируются ценностные ориентации, умение решать художественно – творческие задачи; воспитывается художественный вкус, развивается воображение, образное и ассоциативное мышление, стремление принимать участие в социально-значимой деятельности, в художественных проектах, культурных событиях региона.

Наилучшим образом это умение развивается на индивидуальных занятиях по вокалу, где начинающий вокалист посредством кропотливой практической работы овладевает не только специальными приёмами правильного певческого дыхания, вокально-интонационными и артикуляционными навыками, но также решает важнейшие исполнительские задачи, связанные с выразительным и эмоциональным раскрытием образного содержания произведений, с пониманием стилевых особенностей вокального творчества композиторов разных эпох.

Данный мастер–класс знакомит участников с важнейшими методами и приёмами постановки дыхания; вокальными упражнениями, распевками, которые не только разогревают мышцы и голосовой аппарат, но могут и решать различные вокальные задачи. Вокальные упражнения прекрасно формируют основные вокальные навыки, начиная с кантилены и заканчивая ровностью диапазона, позволяют проработать различные штрихи, приёмы. Навыки, наработанные на вокальных упражнениях, затем используются в исполнении и создании музыкального образа в произведениях.

Цель: улучшение качества вокального звучания путем систематической работы над певческой установкой (постановкой голосового аппарата и музыкального образа)

Задачи:

- Обеспечить формирование знания об особенностях работы голосового аппарата;
- Создать условия для воспитания сознательного подхода к обучению;
- Научить присутствующих бережно относиться к своему голосу и голосу обучающихся;
- Познакомить присутствующих с формами работы, которые можно использовать в профессиональной деятельности;
- Повышение уровня самооценки, стремление к самоусовершенствованию и творческой самореализации;

Прогнозируемый результат «мастер – класса»:

- Участники «мастер- класса» получат знания о формировании универсальных навыков на занятиях вокала;
- Педагоги будут использовать приобретенные знания и приемы в своей практике или сопоставят свой уровень и формы работы с представленными на «мастер – классе».

Оборудование :

Музыкальная аппаратура: ПК, колонки, микшерный пульт. Методический материал печатный и аудио-материал по теме занятия.

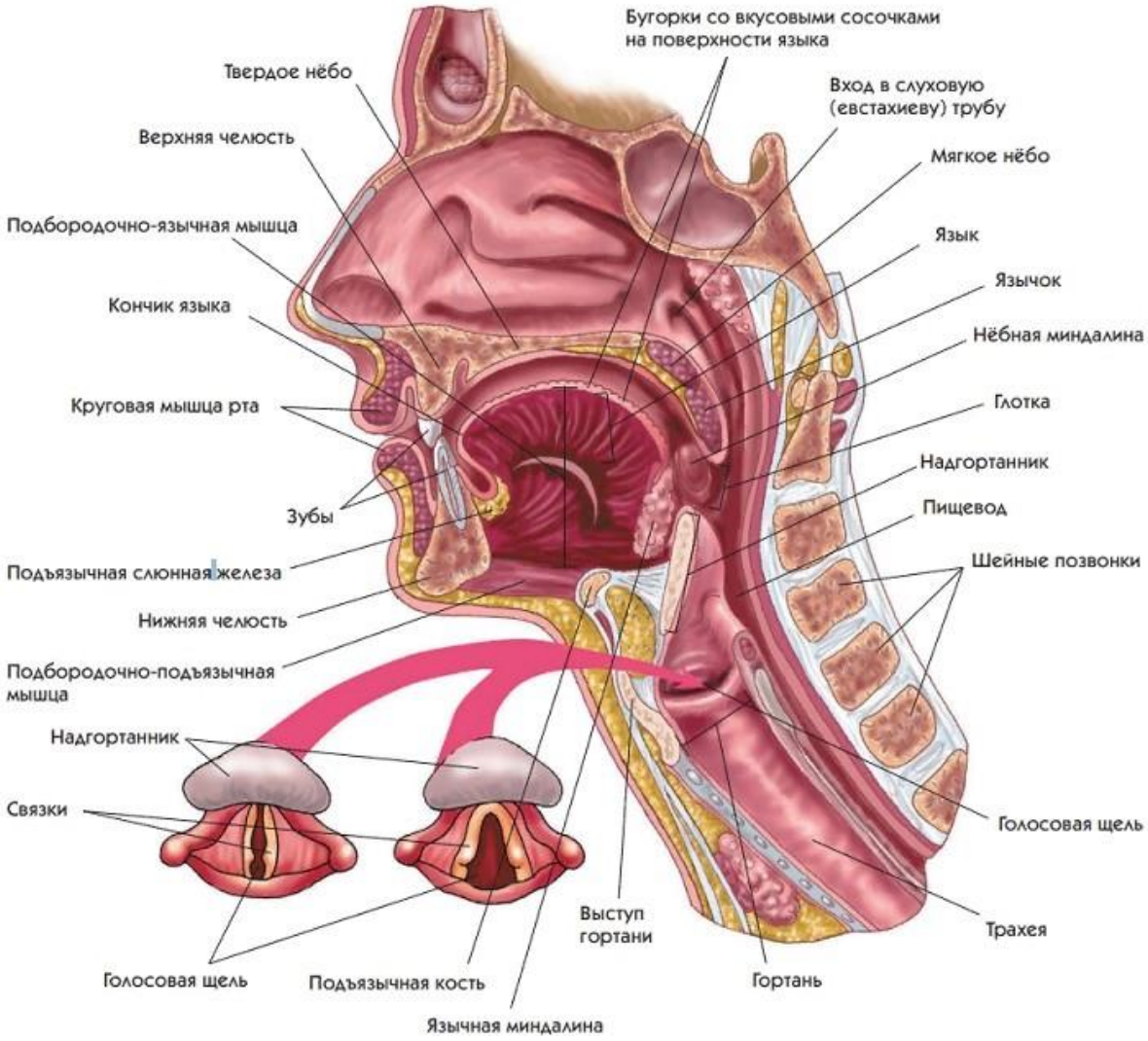
Новизна «мастер – класса» в том, что в нем представлены современные формы работы с вокалом.

Продолжительность проведения –30мин.

«Педагоги не могут успешно кого-нибудь учить, если в это время не учатся сами». Так сказал учёный, мыслитель, миротворец Али Апшерон.

-Здравствуйте, уважаемые коллеги. Этот мастер-класс будет о певческой установке - певческом дыхании, о постановке голоса , подготовке к вокальному исполнению произедения. Общаясь друг с другом в повседневной жизни, мы не задумываемся во время разговора, как мы дышим, сколько мы вдыхаем воздуха, сколько выдыхаем…певческое дыхание отличается от разговорного тем, что это более активная работа дыхательных мышц. Певческое дыхание является основой вокальной техники и от него зависит сила, красота и продолжительность звука. Для того, чтобы избавиться от различных дефектов в голосовом аппарате, нужно соблюдать ***правильную певческую установку,*** так как она создаёт благоприятные условия для правильных, естественных движений как в дыхательных органах, так и в голосовом аппарате. Необходимо рассказывать и показывать **строение** всего **голосового аппарата**: глотка, нёбо, маленький

язычок. (картинка)

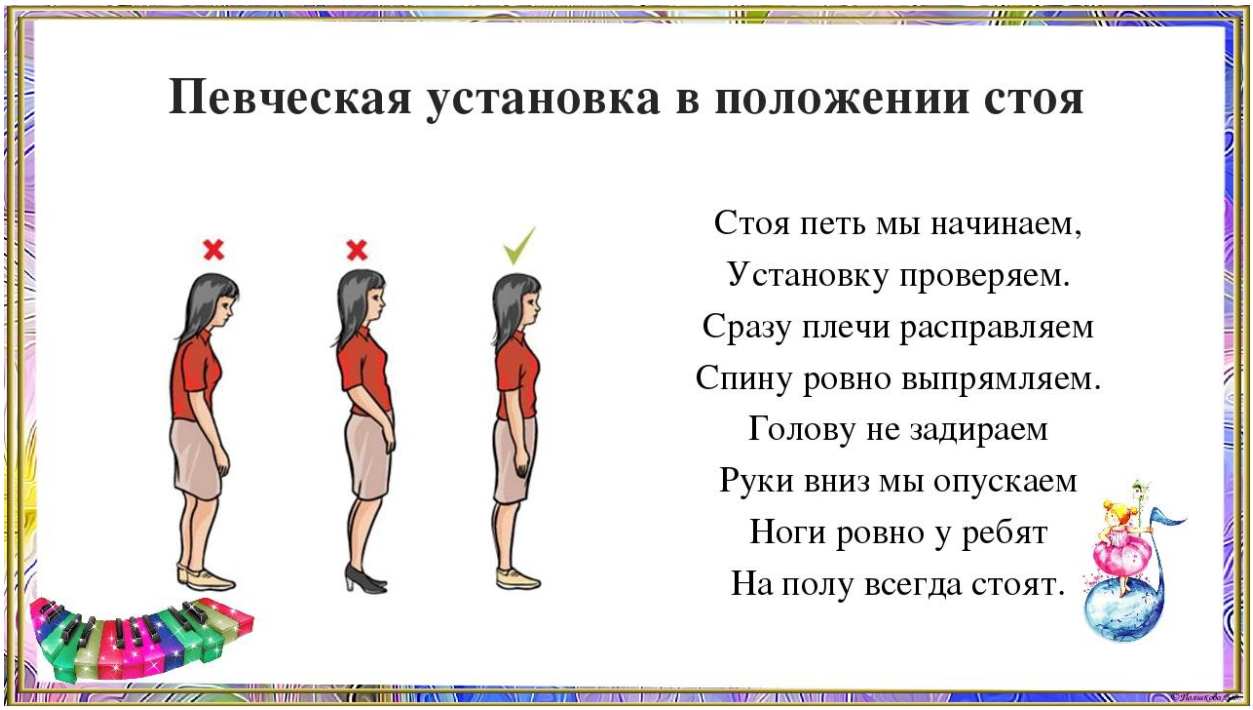


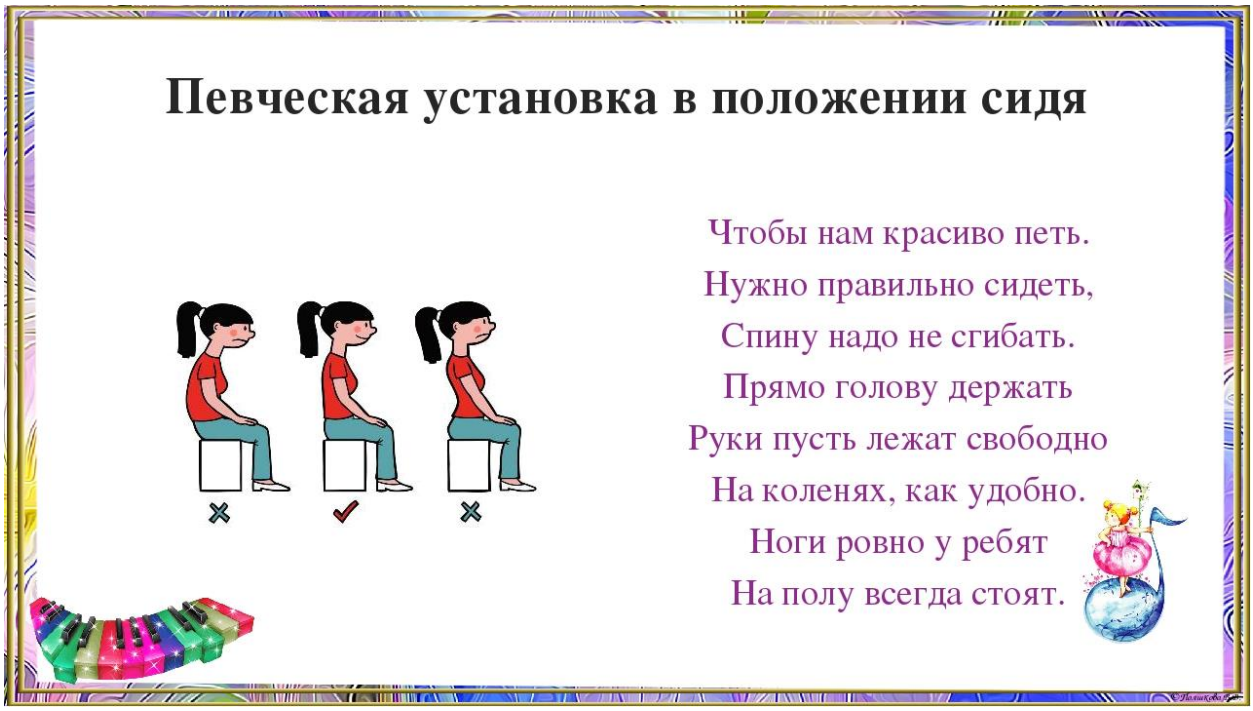
Работа над постановкой голоса очень долгая и планомерная. Ошибочно считать, что теоретически, зная все вокальные правила, можно моментально научиться петь. Нет такой волшебной таблетки, которую выпил и сразу научился красиво петь.

Занятия должны проходить систематически, под руководством педагога, чтобы не причинить физический вред здоровью.

Часто ребёнок поднимает плечи и напрягает шею при вдохе потому, что он не умеет приготовиться к пению. Эти лишние движения мешают спокойной работе дыхания, которое должно происходить незаметно. Когда ребёнок выпрямляет свой корпус (прямая спина, слегка отведённые назад

плечи, свободная шея) его грудная клетка уже принимает положение вдоха и сам вдох делается незаметно, бесшумно, без напряжения.





Дыхание является энергетическим фактором, от которого зависит сила и длительность звука, его тембровые окраски.

Различают следующие типы дыхания:

Грудное дыхание. При нём наиболее активно работают мышцы грудной клетки. Разновидностью грудного дыхания является **ключичное**, или верхнее грудное дыхание, при котором очень энергично участвуют мышцы верхнего отдела грудной клетки, плечевого пояса и шеи. Оно не приемлемо для пения, т. к. в этом случае дыхание поверхностное, мышцы шеи напряжены, ограниченны движения гортани и потому затруднено голосообразование.

Смешанное, грудобрюшное дыхание. Активны мышцы грудной и брюшной полостей, а также диафрагма.

Брюшное или ***диафрагмальное*** дыхание. При этом типе дыхания активно сокращается диафрагма и мышцы брюшной полости.

Существует некоторое различие в дыхании у мужчин и женщин. Мужчинам присуще «низкое» дыхание, близкое к брюшному. А женщины дышат более «высоко» и их дыхание ближе к грудному типу. Грудной тип дыхания характерен и для детей младшего школьного возраста.

В вокально-педагогической практике наиболее удобным считается ***нижне-рёберно-диафрагмальное дыхание***, т. е. смешанное дыхание при котором высоко поднимаются и расширяются при вдохе нижние рёбра, а остальная часть грудной клетки почти не подвижна. Активна диафрагма и мышцы брюшной полости.

Нижне-рёберно-диафрагмальное дыхание – это основное певческое дыхание, которое имеет опору на диафрагму. В осуществления вдоха задействованы нижние, плавающие рёбра, которые не объединены между собой и являются своего рода, рычагом, для натяжения диафрагмы во время вдоха и сама диафрагма.

Когда мышца диафрагма натренирована систематическими упражнениями, как у спортсменов, мы говорим, что звучание имеет хорошую опору, голос поставлен.

Для начала выполнять некоторые упражнения лучше около большого зеркала. Следите, чтобы корпус был свободен, плечи развернуты, дышите легко и свободно, чтобы плечи и грудь при вдохе не поднимались, бесшумный вдох через нос, выдох долгий и эластичный.

Певческий вдох и выдох разделяются мгновенной паузой – остановкой дыхания, после чего начинается выдох.

Упражнения:

«Цветок». Представьте, что вы носом вдыхаете аромат прекрасного цветка: медленно, глубоко, с наслаждением…А теперь и ртом и носом вдыхаем.

«Свеча» (Это упражнение выполняется в положении стоя. При произведении полного вдоха расширяются нижние ребра, а мышцы нижней части брюшного пресса напрягаются. Выдыхать следует ровной концентрированной струей через узкую щель губ. Представьте, как вы дуете на горящую свечу, стараясь погасить огонь. Целенаправленно, в определенную точку. Работу межреберных мышц нужно контролировать ладонями рук, но только первое время).

-«Шарик» (Звук «С») Представим, что у нас в животе находится воздушный шарик. Прокалываем его тонкой иголочкой и очень медленно с звуком «С» выдыхаем воздух. Долго спускает шар. А затем хлопком, резкий выдох – лопнул моментально.

Все вокалисты знают и пользуются в работе с дыханием гимнастикой, разработанной оперной певицей **Александрой Стрельниковой.**

Эта гимнастика полезна не только вокалистам, но и всем людям, страдающим заболеваниями органов дыхания (при бронхите, гайморите). У самой певицы с детства было больное сердце. Постепенно недуг дал осложнения на дыхательную систему девушки, сначала она начала задыхаться, а потом и вовсе потеряла голос.

Мама и дочь решили не сдаваться и во что бы то ни стало вернуть Саше её способность петь. Они начали работу с дыханием и, как говорит сама Стрельникова: “Так постепенно и родился комплекс голосовой гимнастики на основе правильного дыхания”. Опираясь на него, Александре удалось вернуть себе голос и она проработала оперной певицей до глубокой старости, подарив россиянам ещё и эту прекрасную технику.
Особенностью гимнастики является короткий и резкий вдох, который производится в то время, как грудная клетка сжимается. Это абсолютно уникальная по своей эффективности методика, не имеющая аналогов по всему миру.

Элементы системы движений по Стрельниковой активно задействуют практически все части тела:

- руки
- ноги
- бёдра
- пресс
- плечевой пояс

Упражнения следует выполнять под руководством профессиональных специалистов, чтобы исключить неправильное выполнение движений, что может нанести вред организму.
Мы сделаем 3 базовых упражнения.

«Ладошки»

Вдох делается носом. Он должен быть резким, коротким и глубоким. Выдох через рот должен быть пассивным.
Встаете прямо, сгибаете руки в локтях, ладонями вперед. Выполняете ритмичные вдохи носом (4 подряд), сжимая ладони в кулак. Опускаете руки, отдыхаете 4 сек. Выдыхаете свободно ртом на слог «ха».

«Насос»

Стойка прямо, ноги на расстоянии уже плеч, руки опущены вдоль тела. Исполняете маленький наклон вперед (спина округленная, голова опущена), тянете руки к полу, не доставая его. Вдох одновременно с наклоном. Затем выдыхаете, выпрямляясь не до конца.

«Обними плечи»

В положении стоя сгибаете руки в локтях и поднимаете на уровень плеч. Выполняете резкий вдох, обнимая себя за плечи, не скрещивая руки.

Мы немного поработали с диафрагмой. Привели ее в тонус. Работу необходимо постепенно довести до автоматизма, т к певец не должен думать о том, что он вдыхает, поёт и выдыхает, опуская ребра, процесс пения для него быстро закончится. Всё должно происходить естественно.

и (задержка дыхания)

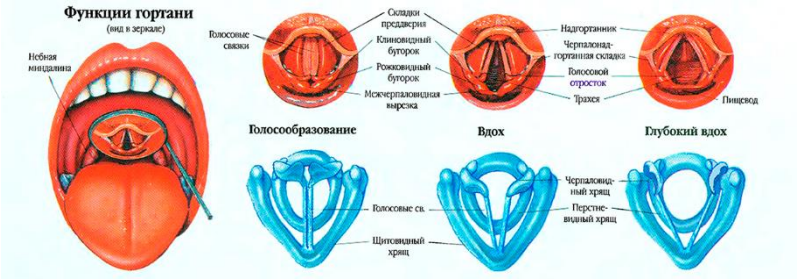
- Встаньте максимально свободно, но ровно, ощутите опору в ногах. После того, как вы вдохнули, задержали воздух в легких и почувствовали тонус диафрагмы, оставьте ее в « замороженном состоянии». Подайте воздух наверх, уприте воздух в связки. Что это значит? Представьте, что вы начали говорить и остановились на полуслове – воздух уперся в связки. После этого можно издавать звук, лучше гласный и коротко. И весь процесс повторяем несколько раз, нарабатываем мышечную память.

Описываю долго, хотя этот процесс нескольких секунд.

Дыхание-мышцы-голос

Наступило время рассказать о волшебных струнах, что находятся в нашей гортани. В середине гортань сужается, в самом узком месте расположены две складочки- **связки.** Отверстие между ними называется голосовая щель. Над голосовыми складками располагаются желудочки гортани, над ними желудочковые складки с железами, которые обеспечивают увлажнение голосовых складок. В период мутации увлажнение минимальное, поэтому ощущается сухость, першение, несмыкание связок. Это же возможно при испуге. Поэтому вокалисту необходимо пить воду.

Звонкость голоса зависит от частоты вибраций, длины, толщины и тонуса голосовых связок.



Свойства голосовых связок обуславливается полом т возрастом человека. Но наши эмоции напрямую влияют на работу голосовых связок. Поэтому я ставлю первую задачу в работе с учащимися: «страху-нет!». При страхе возникают зажимы по всему телу, спеть не получится. Вокал это 90% психология человека, и 10% - тренинги и упражнения. Чтобы петь без зажимов, необходимо иметь свободное, творческое, эмоциональное состояние, быть хозяином своего тела. И не нужно бояться казаться нелепым, выполняя упражнения на раскрепощение, снятие мышечных зажимов, свободное звукоизвлечение.

Упражнения:

«Позеваем»

- сначала с закрытым ртом, а затем от души, открыв рот

«Стон»

- «МММ….» (словно болит горло»

Необходимо найти приемлемый тон – центр голоса, на котором голос звучит ровно (примарный тон), затем добавляем гласные фонемы: ам, ом, ум и т д.

- «Штробас»

От того, как голосовые связки включились в работу, зависит дальнейшее звучание голоса.

-«Ах, как рад,

Ах, как я рад, что я не торт, не шоколад»!

Состояние внутреннего покоя и уверенности, обычно, приходит с большим опытом, если дерзать и ничего не бояться!

Но есть несколько советов, которые помогут избежать потери голоса от страха:

-сохранять самообладание (воспитанный человек – это человек, способный перенести отсутствие воспитания у других»)

- научиться чувствовать внутреннюю свободу, в общении с людьми находить общий язык

- стараться не повышать голос

-научитесь следить за своим дыханием

После работы со связками и дыханием начинается работа над:

-***Артикуляцией***

Покусать кончик языка. Повторить это упражнение 4–8 раз, пока не почувствуете, что активизировалась работа слюнных желёз, полость рта увлажнилась.
«Шинковать» язык – т.е., покусывая язык, постепенно высовывать его так, чтобы добраться до середины языка. Это упражнение тоже повторить 4–8 раз.
«Пожуйте язык» попеременно на одной стороне рта, на другой стороне рта, на коренных зубах, сдавливая язык. Это также ещё более увлажнит рот.
«Иголочка» или «Шпага» – уколы языком в щёки попеременно. Повторить несколько раз.
«Обида» - оттопыривать и выворачивать нижнюю губу, придавая лицу обиженное выражение;
«Радость» - поднимать верхнюю губу, оскаливая верхние зубы. Чередовать эти движения: обиженное лицо – радостное лицо.
«Кошка» – растягивать губы со звуком «Мяу».
«Лягушка» – «ловить» языком мух.
Подчёркнуто чётко произносить «МКРТЧА», «ПКРСТВО».

-***Массаж лица***

Интенсивно, слышно постукивать кончиками пальцев по лицу, начиная со лба от корней волос по щекам к крыльям носа до подбородка и назад. Лицо должно «загореться».

-***Дикция*** (скороговорки, подражательные звуки)

- Добыл бобов бобыль.
-От топота копыт пыль по полю летит.
-У осы не усы, а усики усища.

-Колпак на колпаке , под колпаком колпак.
-Ткёт ткач ткани на платки Тане.
-У ёлки иголки колки
-На меду медовик, а мне не до медовика.
-Во мраке раки шумят в драке.
- На горе Арарат растёт крупный виноград.

-Интонацией (простейшая нотная грамота, звуковысотность)

Распевка «Карусель», эхо-распевка «Воробей»

-Развитием диапазона (переходные ноты, смешение регистров)

Распевка «От топота копыт»

-Работа с текстом песни

-Работа с текстом и музыкой Необходимо выучить текст наизусть. Понять идею автора, но исполнитель всегда должен осмыслить ее по-своему и подать слушателю от себя, пропусти через свою душу, через свое эмоциональное состояние.

-Работа над созданием образа в песне

начинается после работы с мелодией и текстом.

-Работа с микрофоном