

**Муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования
«Детская музыкальная школа г.Краснокамска»**

**Методическая разработка
«Виды распевания детского хора »**

Автор:
преподаватель
Кокаровцева Любовь Александровна

**г.Краснокамск
2023**

Введение

Любому певцу перед тем, как начать петь, необходимо разогреть свой голосовой аппарат и настроиться на творческий процесс.

Распевка — это набор вокальных упражнений, подготавливающих голосовой аппарат к работе над вокальным произведением. Распевания помогают разогреть связки, отработать технические приемы и, конечно, психологически настроиться на нужный лад.

В условиях дополнительного образования необходимо продумывать занятие таким образом, чтобы распевание, с которого начнётся урок, принесло максимальную пользу в перспективе дальнейшего творческого роста, а также непосредственно в этот учебный час.

Распевания должны быть направлены на развитие навыков каждого отдельного певца и хоровых навыков в целом. Необходимо также учитывать, какие произведения будут рассмотрены на занятии, настроить на определённую волну, отработать в процессе распевки интонационно сложные фрагменты, нюансы, настроить на необходимую в дальнейшей работе tessitura.

Тема работы:

Особенности распевания детского хора.

Цели работы:

- Подготовка голосового аппарата;
- Развитие вокальных навыков;
- Развитие хоровых навыков.

Три вида распевания детского хора

Распевки можно разделить на три вида:

- дыхательная гимнастика;
- фонопедические упражнения;
- вокальные упражнения.

1. Дыхательная гимнастика

Поставленное дыхание с давних пор являлось основой правильного голосообразования. Выдающийся педагог XIX века Ф. Ламперти в своей работе «Школа пения есть школа дыхания» подтверждает тот факт, что дыхание во все времена являлось фундаментом на пути формирования вокального голоса. Ф. Ламперти использовал дыхательную гимнастику, как вспомогательное средство формирования выдоха в пении.

Русский педагог И.П.Прянишников использовал дыхательную гимнастику в тренировке главной мышцы вдоха — диафрагмы.

Современные педагоги Н.Б.Гонтаренко и Д.И.Огороднов в работе с начинающими вокалистами также используют дыхательные упражнения, направленные на организацию вдоха и выдоха в пении.

Примеры комплекса дыхательной гимнастики

Упражнение 1

Способствует выработке правильной координации вдоха и выдоха.

- Сесть на край стула. Ноги вместе. Спина прямая. Руки выше пояса, на двух нижних рёбрах.
- Сделать глубокий вдох, сосредоточив внимание на том, чтобы рёбра раздвинулись, а живот чуть подавался вперёд.
- Задержать на 2-3 секунды и медленно выдыхать, не допуская быстрого «спадения» рёбер.

Упражнение 2

Способствует правильной координации вдоха и выдоха. Укрепляет функцию выдоха.

- Положение тела согласно упражнению № 1.
- Сделать вдох, присев как бы на край стула, сосредоточив внимание на нижнем отделе грудной клетки.
- Поднимаясь, сделать выдох.
- Закрепив упражнение между вдохом и выдохом, необходимо добавить задержку дыхания на 2–3 секунды.
- Далее также удлинить выдох вдвое.

Упражнение 3

Способствует координации вдоха и выдоха. Укрепляет функцию выдоха. Улучшает работу диафрагмы.

- Сесть на край стула. Ноги вместе. Спина прямая. Руки выше пояса, на двух нижних рёбрах.
- Сделать глубокий вдох, сосредоточив внимание на том, чтобы рёбра раздвинулись, а живот чуть подавался вперёд.
- Задержать на 2–3 секунды и медленно выдыхать, не допуская быстрого «спадения» рёбер.

Упражнение 4

Дыхание «собачкой». Способствует укреплению дыхательной системы вокалиста, тренировке диафрагмы.

- Встать прямо, положив руку на живот (мысленно разделив его на три части от солнечного сплетения, на нижнюю треть).
- Рот приоткрыт (ощущение зевка), дыхание быстрое.
- Обратить внимание на то, чтобы живот на выдохе всё время подавался вперёд.
- Далее, акцентируя внимание на выдохе, найти удобный ритм выполнения этого упражнения.

Дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой

Отдельно хотелось бы сказать о *дыхательной гимнастике А. Н. Стрельниковой*.

Этот немедикаментозный метод, созданный на рубеже 30-40-х годов в качестве способа восстановления певческого голоса, строится на усилении объема воздуха в легких. Техники направлены на насыщение организма кислородом, но их можно использовать и как лёгкую гимнастику для поддержания мышечного тонуса. В упражнениях задействованы руки, ноги, шея, пресс, плечи, спина и таз. Дыхательные техники улучшают обмен веществ и кровообращение, помогают очистить бронхи, уменьшить воспаления, повысить иммунитет для противостояния респираторным заболеваниям.

Во время занятия с детским хором эту дыхательную гимнастику лучше всего использовать во второй половине урока или в тот момент, когда дети начали уставать. После выполнения комплекса упражнений возвращается работоспособность и тонус.

Дыхательная гимнастика А.Н.Стрельниковой включает множество упражнений, однако базовыми из них являются три:

- «Ладони»,
- «Погончики»,
- «Насос».

Основной комплекс

1. Упражнение «Ладони»

Исходное положение – стоя или сидя прямо, руки согнуты в локтях, ладони направлены от себя. Сжимайте ладони в кулаки, одновременно делая резкие и шумные вдохи. После завершения серии из 8 вдохов, ненадолго передохните и повторите упражнение (всего 20 серий по 8 вдохов).

2. Упражнение «Погончики»

Исходное положение – стоя или сидя прямо, ноги немного уже ширины плеч, руки на уровне пояса, ладони сжаты в кулаки. На вдохе резко опустите

руки, разжав кулаки и растопылив пальцы, причем в этот момент старайтесь с максимальной силой напрягать кисти и плечи. Сделайте 8 серий по 8 раз.

3. Упражнение «Насос»

Исходное положение – стоя или сидя прямо, ноги немного уже ширины плеч. Громко вдохните и медленно наклонитесь, а затем так же медленно вернитесь в исходное положение, словно если бы вы работали насосом. Сделайте 8 серий по 8 раз.

2. Фонопедические упражнения

Теория фонопедического метода развития голоса В.В.Емельянова включает в себя такие основные понятия, как:

- «фонация», то есть процесс образования звука,
- «фонопедия», то есть наука о коррекции голоса с использованием специальных педагогических приёмов,
- «фонопедический метод в обучении пению», то есть метод развития голоса и освоения различных техник пения за счёт тренировки дыхательной, артикуляционной и голосообразующей системы.

Фонопедические упражнения в хоровом обучении дают:

- усиление насыщенности звука,
- полетность,
- расширение диапазона,
- значительное увеличение силы звучания голоса у каждого ребёнка,
- улучшение вибрато,
- большая певучесть звука,
- свобода,
- раскрепощённость певческого звучания и певческого процесса в целом.

Фонопедический комплекс состоит из шести групп упражнений, каждая из которых имеет своё особое значение, но все эти группы взаимосвязаны.

1. Артикуляционная гимнастика

Эта гимнастика состоит из двадцати одного упражнения, где работают язык, губы, мышцы лица, применяется массаж лица.

2. Интонационно-фонетические упражнения:

Упражнение 1

Упражнение состоит в сильном произнесении согласных звуков в определенной последовательности. Необходимо обращать внимание на

прекращение звука, чтобы не происходило дополнительного озвученного выброса воздуха («В-в-в-ы», «З-з-з-з»).

Упражнение 2

Последовательность гласных, которые произносятся без видимого движения губ и челюстей. Для детей это упражнение называется «Страшная сказка», так как последовательность гласных звуков можно рассматривать как псевдо-слова, которые складываются в псевдо-фразы.

Упражнение 3

Основным элементом этого упражнения является скользящая (глиссирующая), восходящая и нисходящая интонация с резким переходом из грудного в фальцетный регистр и, наоборот, с характерным «переломом» голоса, который называется «регистровый порог» (для детей «Вопрос-ответ»)

Упражнение 4

Исходное положение: мышцы лица расслаблены (это связано с включением расслабляющего регистра голоса, не имеющего фиксированной звуковысотности (в немецкой терминологии «Штро-бас»).

Упражнение состоит в переходе от штро-баса к грудному голосу на разных последовательностях гласных и далее в соединении в одном движении трех регистров: штро-баса, грудного и фальцетного.

Упражнение 5

Обратное предыдущему. В грудном регистре гласные переводятся одна в другую в установленной последовательности с переходом в штро-бас.

Упражнение 6

Является тренировочным материалом для соединёния навыка перехода из грудного в фальцетный регистр и обратно с произношением согласных.

Основная цель упражнений — активизация фонационного выдоха, т. е. связь голоса с дыханием, отличающимся по энергетическим затратам от обычного речевого.

3. Голосовые сигналы доречевой коммуникации

Упражнения этой группы объединяет работа над громкостью звучания голоса в разных регистрах, по выявлению максимальных возможностей.

1-4 упражнения: работа над выдохом (бесшумный, со звуком, шипящий и так далее);

5 упражнение: «Волна»;

6 упражнение: «От шепота до крика»;

7 упражнение: «А!!!»;

8 упражнение: «Крик - вой»;

9 упражнение: соединение упражнений «Волна» и «Крик — вой» на одной движении;

10 упражнение: «Крик - вой — свист»;

11 упражнение: «Волна с криком чаек» (Соединение упражнений №9 и №10).

Эти упражнения дают возможность осознать все режимы работы гортани в их естественном, незамаскированном эстетической обработкой виде, механизмы перехода из регистра в регистр и сопутствующие голосо-телесные ощущения.

3.Вокальные упражнения

Основные принципы вокального воспитания едины как в профессиональном обучении пению, так и в системе музыкального образования в школе; как для взрослых певцов, так и для детей. Различие существует лишь в специфике воспитания детского голоса, обусловленной психологическими особенностями и физиологическими возможностями в том или ином возрасте. Обязательным при работе с детьми, особенно в мутационный период, является применение голососберегающих технологий. Кроме того, вокальное воспитание детей осуществляется на несколько ином музыкальном материале.

В работе с детьми 7-9 лет я широко использую русские народные песенки-попевки, что помогает вызвать в детях интерес и привить любовь к национальному мелосу. Песенки-попевки обычно лаконичны по своей музыкальной мысли, часто имеют поступенную структуру, помогающую маленьким детям не заострять внимание на сложности интонирования.

1. Самая первая наша распевка — это песенка-дразнилка. Формируются активная артикуляция и опорное дыхание, не дающее интонационно сползть с заданной ноты.



Ан - дрей-во-ро - бей, не го - нят го-лу - бей.

2. Упражнение помогающее усвоить широкое интонирование большой секунды и твёрдое, уверенное пение тоники. Можно провести параллель в звучании больших, средних колоколов и совсем маленьких колокольчиков.

При переходе во вторую октаву дети показывают рукой движение, имитирующее встряхивание маленького колокольчика. Такое лёгкое мышечное

движение передаётся на связки, и звучание голосов становится лёгким и более интонационно точным.



3. Одно из любимейших упражнений моих детей. Перед его исполнением я прошу их представить, что на ладошке у них сидит маленький зайчик (интересно бывает спросить, а какой именно зайчик у каждого – тут и серые с зелёными глазками, и рыжие с голубыми!). Во время исполнения четверти на слог «по» мы показываем, как гладим его, а на последующие восьмые делаем лёгкие движения руками, изображая, как зайчик убегает. Так легко, в игре дети знакомятся со штрихами legato и staccato.



4. Следующие упражнение чрезвычайно полезно для формирования артикуляционного навыка и навыка пения мажорного тетра хорда. Если в исполнении верхнего звука присутствует вялость, я прошу детей симитировать руками движение по лесенке вверх и вниз, но прошу обязательно на верхнюю ступеньку наступить сверху, а не «вползать» на неё. Обычно такое предложение вызывает улыбки и смех, и, впоследствии, правильное исполнение поставленной задачи.



5. Следующее упражнение состоит из 5 звуков. Таким образом, в каждом упражнении мы прибавляем по одному звуку. Когда впервые обращаешь на это внимание детей, они обычно принимают такую закономерность с восторгом. И, впоследствии, любят подсказывать, сколько звуков в том или ином упражнении.



6. Завершаем стандартную распевку упражнением, где сочетается необходимость правильного интонирования и чёткость исполнения штрихов.



Этот комплекс распевок является обязательным для каждого урока. Повторюсь, что упражнения всегда следуют в этом порядке и начинаются в заданных тональностях. Но для формирования других навыков, или с целью разнообразить процесс распевки, после него могут использоваться следующие упражнения.

7.



8.



9. Хочу обратить внимание, что, несмотря на очевидную пользу этого упражнения, его мелодичность и любовь детей, в последние годы я всё реже могу использовать его в групповой работе. К сожалению, всё больше детей воспитывается без мам, поэтому перед тем как приступить к его разучиванию, необходимо выяснить, всё ли благополучно в семьях обучающихся. Обычно это упражнение исполняется с распевом в двух последних тактах слова «мама». Но в своей практике я его не использую, так как, как правило, поступенное движение вниз с распевом в младшем возрасте приводит к детонации.



В возрасте 10 лет дети переходят к другим упражнениям. Можно проследить преемственность в мелодических оборотах, но поются они, в основном, на классические для вокального исполнительства слоги, что повышает в глазах ребёнка важность и значимость данного этапа урока, помогает ощутить ему свою «взрослость».

1. Упражнение в движении вверх мы поём активно акцентируя каждую ноту, а при движении вниз используя штрих legato.



Да - дэ - ди - до - ду.

2. Формирование высокой позиции звука, округлости гласной, острого интонирования терцового тона, опорного дыхания – всего три ноты, но насколько насыщенным можно сделать пение этого упражнения, если обращать внимание на все детали! Естественно, что на начальном этапе обучения мы заостряем внимание на каком-либо определённом моменте, но потом постепенно прибавляем и другие задачи.



Ми - я.

3. Вариант предыдущего упражнения.



Да - дэ - ди-до-ду.

4. Отдельное точное звучание каждой ноты и гласной, при переходе в верхний регистр целесообразно петь это упражнение на слова «лес весной». А можно предложить (не часто, в виде исключения, для преодоления рутинности распевочного процесса) спеть слово «пылесос» - и полезно для формирования гласной «ы», и вызывает у детей улыбку и радость, а разве не для этого, по большому счёту, мы учим их петь!



Ста-рый дом.

5. Осознанная фразировка, владение опорным дыханием.



Ми - я, ми - я, ми - я

6. В этом упражнении необходимо чередовать staccato в первом и legato во втором такте.



Ми - я - ,ми - я.

7. Усложнённый вариант предыдущего упражнения.



8. Штрих staccato, высокая позиция звука, точное интонирование, формирование гласной, расширение диапазона.



9. Усложнённый вариант предыдущего упражнения, требующий более широкого дыхания и ровности звука по всему диапазону.



10. Преодоление зажатости гортани, ровность звука по всему диапазону, сглаживание регистров, использование резонаторов.



В заключении следует отметить, что только те упражнения будут полезны детям, целесообразность которых понятна преподавателю. Вокальных упражнений множество, но для работы мы должны отбирать только те, которые по нашему мнению наиболее отвечают потребностям именно наших учеников. Если понравившееся упражнение не получается у самого преподавателя или если ему не понятно, какие навыки оно формирует, лучше вовсе отказаться от него, как бы оно не нравилось.

Список использованных источников:

1. <https://blog.art-fa.ru/pevcheskoe-dyhanie/>
2. <https://strelnikova.ru>
3. <https://strelnikova.ru/upragnenija-osnovnoj-komplex>
4. <https://infourok.ru/sbornik-vokalnye-uprazhneniya-dlya-detej-4369696.html>
5. <https://www.art-talant.org/publikacii/25833-sistema-vokalyno-tehnicheskikh-upraghneniy-dlya-razvitiya-golosa-rebenka>
6. <https://urok.1sept.ru/articles/574865>
7. <https://www.emelyanov-fmrg.ru/>
8. <https://www.liveinternet.ru/users/5617764/post402806113>