МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**Детская школа искусств № 2**

**муниципального образования город Краснодар**

(ДШИ № 2 МО город Краснодар)

**Методические рекомендации,**

**открытый урок в классе сольного пения на тему:**

**«Приобретение навыков дыхания и звукообразования учащимися в классе эстрадного пения»**

Подготовил: Преподаватель

А.Н. Шакула

Краснодар

2020

**Цели и задачи:**

1. Сформировать элементарное представление о голосовом аппарате, следить за его раскрепощенностью.

2. Применение правильной установки корпуса при пении.

3. Организовать певческое дыхание, связанное с ощущением опоры.

4. Добиться правильного взаимодействия певческого дыхания, атаки звука и функции резонаторов.

5. Научить управлять мускулатурой и необходимыми дыхательными мышцами.

6. Правильно формировать гласные в сочетании с согласными.

**Ход урока:**

Эстрадное пение образовалось от слияния академического и народного пения, поэтому физиологические основы дыхания и звукообразования одинаковы.

**I. Строение голосового аппарата.**

Голосовой аппарат состоит из 3-х основных частей:

1. Дыхательной системы, в которую входят легкие, мышцы диафрагмы, живота, спины и верхняя часть грудной клетки.
2. Гортани: в ней находятся голосовые связки – это складки мягких тканей, которые в среднем чуть меньше полутора сантиметров длиной. Когда мы просто дышим, связки широко распахнуты. Воздух, проходя через голосовые связки, заставляет их вибрировать. Так получается звук, а усиливается он и тембрально окрашивается с помощью резонаторов.
3. Артикуляционного аппарата, в который входят: нижняя челюсть, губы, зубы, язык, корень языка мягкое небо и маленький язычок.

Звукообразование или фонация (от греч. фонэ – звук) происходит в результате действия голосового аппарата.

**II. Подготовка дыхательной системы к работе.**

Чтобы подготовить голосовой аппарат к работе, зарядиться положительной энергией используем 3 упражнения из системы дыхательной гимнастики Стрельниковой А. Н.

Из истории: Стрельникова Александра Николаевна - педагог-вокалист, продолжила дело, начатое своей матерью в 30-40 г.г. прошлого столетия по разработке системы дыхательной гимнастики. Дыхательная гимнастика была разработана для восстановления и расширения диапазона голоса у профессиональных певцов.

Это уникальный метод естественного (немедикаментозного) оздоровления всего организма, отличающийся от всех дыхательных гимнастик тем, что короткий шумный вдох носом делается на движениях, сжимающих грудную клетку. Одновременно с вдохом выполняются движения, вызывающие сжатие грудной клетки.)

**Упр. 1. "насос" ("накачивание шины")**

ИСХОДНОЕ положение: встать прямо, руки опущены. Кисти рук в момент поклона должны опускаться только до колен, не ниже. Слегка наклонитесь вниз, к полу: спина круглая (а не прямая), голова опущена (смотрит вниз, в пол, шею не тянуть и не напрягать, руки опущены вниз). Сделайте короткий шумный вдох в конечной точке поклона ("понюхайте пол"). (Рис. 1, вдох)

Слегка приподнимитесь, но не выпрямляйтесь полностью - в этот момент абсолютно пассивно уходит выдох через нос или через рот. (Рис. 2, выдох)

Снова наклонитесь и одновременно с поклоном сделайте короткий шумный вдох. Затем, выдыхая, слегка выпрямитесь, выпуская воздух через нос или через рот.

**Упр. 2 "обними плечи"(вдох на сжатии грудной клетки)**

ИСХОДНОЕ положение: встаньте прямо. Руки согнуты в локтях и подняты на уровень плеч кистями друг к другу. Помните! Руки в этом упражнении не следует напрягать, не следует разводить широко в стороны и не следует менять местами. В момент короткого шумного вдоха носом бросаем руки навстречу друг другу, как бы обнимая себя за плечи. (Рис. 1, вдох) Важно, чтобы руки двигались параллельно, а не крест-накрест. При этом одна рука окажется над другой, причем какая над какой - все равно. Главное - помнить, что в течение всего упражнения положение рук менять не следует.

Сразу же после короткого вдоха руки слегка расходятся в стороны (но не до исходного положения) (Рис. 2, выдох). В момент вдоха локти сошлись на уровне груди - образовался как бы треугольник, затем руки слегка расходятся – получился квадрат. В этот момент на выдохе абсолютно пассивно уходит воздух.

**Упр. 3 (на задержку дыхания)**

ИСХОДНОЕ положение: встаньте прямо, руки опущены. В момент вдоха руки сгибаются в локтях перед собой вертикально, параллельно друг другу, мышцы брюшного пресса и диафрагма напрягаются. Удерживать дыхание сколько можно, затем расслабиться.

**III. Упражнения на осознание глубокого дыхания и укрепление диафрагмы.**

«Как вдохнешь, так и запоешь» - изречение итальянцев.

**Упр. 1 (на осознание правильности абдоминального, т.е. глубокого дыхания).**

Сжать губы, как бы для свистка, не раздувая щек, затем со значительной силой плавно, без толчков выдувать воздух как через какое-то препятствие. Для проверки ровности и плотности воздушной струи, попросить ученика приставить ладонь на небольшом расстоянии от губ.

**Упр. 2 (на укрепление диафрагмы)**

Сжать губы, как бы для свистка, не раздувая щек, затем со значительной силой выдохнуть немного воздуха. Затем на секунду остановиться, удерживая выдыхаемый воздух, и затем выдохнуть с силой еще немного и т.д., пока воздух не будет весь выдохнут.

**Упр. 3** **(на укрепление диафрагмы)**

Дыхание – принцип бегущей собаки – ха-ха, а-ха, а-ха.

**Упр. 4** **(на укрепление диафрагмы)**

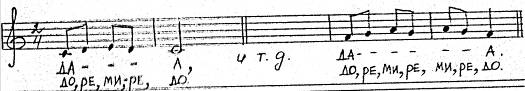
Дыхание – короткие толчки воздуха диафрагмой: потираем ладони или кулачки, замерзшие на морозе. Это же упражнение проделать с выталкиванием глухих согласных Т, К, Х.

**IV. Вокальные упражнения (распевки) на дыхание и звукообразование.**

**Упр. 1. На формирование певческого тона, подготовка певческого аппарата к работе.**



**Упр. 2. На формирование единого звукообразование при пении гласных, закрепление ,, переходных” звуков.**



**Упр. 3. На формирование единого звукообразование при пении гласных, расширение диапазона.**



**Упр. 4. На закрепление ,, переходных” звуков, развитие певческого дыхания.**



**Упр. 5. На staccato, твердая атака звука.**



**Упр. 6. На смешение регистров, близкую позицию звука.**

hello_html_m244fef47.jpg

**Упр. 7. На использование головного резонатора.**

hello_html_79e80e38.jpg

**Упр. 8. На legato, смешение регистров, расширение диапазона.**

hello_html_m378f622a.jpg

**V. Работа над произведением Мария Политикова «Музыка моей души»**

Работа над I куплетом песни.

1. Уделить внимание опорным нотам, исполнять их с движением корпуса.

2. Обратить внимание на дыхание.

3. Отработать переходы с нижнего на верхний регистры.

4. Выровнять звучание гласных.

Работа над припевом.

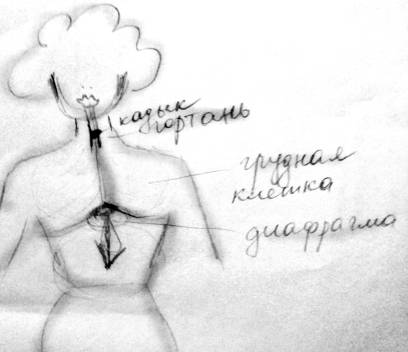
1.Исполнение верхних звуков в высокой позиции, на ,,опертом” дыхании.

2. Исполнение кульминации на эмоциональном подъеме.

Исполнение I куплета и припева.

**VI. Заключительная часть, итог урока.**

Закрепление знаний, полученных на уроке о строении голосового аппарата, дыхании и звукообразовании. Знания подкрепляются творческой работой ученика.



«Наказ вокалисту»

Чтоб красиво петь до гроба,

Купол сделайте из неба,

Станьте полым, как труба,

И начните петь со лба.

Ощутите точки две:

В животе и голове;

Провалите на живот,

И пошлите звук вперед.

Чтобы петь и не давиться,

Не забудьте удивиться:

Вдох короткий, как испуг,

И струной давите звук.

Если вы наверх идете,

Нужно глубже опирать –

Всех тогда «переорете»,

Хоть и нечем «заорать».

Если вниз идете вы, -

Не теряйте головы;

Не рычите, словно зверь –

«Открывайте мягко дверь».

Что такое звук «прикрыть»?

Очень трудно объяснить.

Чтоб прикрытие найти,

Нужно к «Е» прибавить «И».

«А» - где «О», а «О» где «У»,

Но не в глотке, а во лбу,

И со лба до живота –

Лишь провал и пустота.

Пойте мягко, не кричите,

Молча партии учите;

И не слушать никого,

Кроме Бога одного!

Стих-наказ существует с XVIII века в монастырях, где певчих обучали пению. Есть поверие, что он пришел из Италии от самого маэстро Н. Порпора.