

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детская школа искусств» им. В.В. Толкуновой
г. Ртищево Саратовской области

«ДЫХАНИЕ, КАК ОСНОВА ПЕНИЯ В МЛАДШЕМ ХОРЕ»

конспект открытого урока в младшем хоре

Подготовил: Серебрякова О. Е.
преподаватель музыкально-теоретических дисциплин

2022г. Ртищево, Саратовская область

Цель урока: формирование певческого дыхания, вокальных навыков, культуры пения, ценностного отношения к творческому наследию русского народа.

Задачи урока:

Обучающая: учить учащихся физиологически верно организовывать певческое дыхание.

Воспитательная: воспитывать культуру певческого дыхания на произведениях русского музыкального искусства; воспитывать любовь к русской музыке; уважение к музыкальным традициям русского народа.

Развивающая: развивать способность эмоционально, духовно переживать музыкальное произведение; видеть красоту русской музыки, ее поэзию, краски; способность передавать художественные образы.

Методы обучения: словесный, наглядный, практический, проблемно-поисковый, метод активизации зрительного и слухового восприятия, метод игровой мотивации.

Ход урока:

- Организационный момент.
- Актуализация опорных знаний.
- Применение знаний и умений.
- Обобщение занятия и подведение итогов.

«У певца может быть самый надёжный слух и лучшие намерения,
но если он не умеет управлять дыханием, он будет петь не чисто,
или будет издавать безжизненные жалкие звуки»
Энрико Карузо

Певческое дыхание является основой основ в вокальном искусстве. Правильное дыхание – это фундамент звукообразования, который дает силу, энергию, тембровую звонкость и активную длительность звука.

Постановка дыхания - это необходимый первый этап обучения пению и постановки голоса. Без поставленного певческого дыхания все усилия по освоению песенного материала к нулевому результату.

Но то, как мы дышим во время пения, отличается от того, как мы дышим в повседневной жизни, что требует от нас использования наших дыхательных мышц по-новому.

Голос человека – это уникальное явление. Не существует двух абсолютно одинаковых голосов - несмотря на сходство анатомического строения и механизма образования звука. Природный тембр, который и придает голосу индивидуальность, с одной стороны принадлежит только данному человеку, а с другой, в результате наследственности, является связующей нитью между разными поколениями одной семьи.

Вместе с тем, голосовой аппарат – наиболее тонкая и хрупкая система человеческого организма.

Каждому человеку присущ определенный тип дыхания. В зависимости от того, какие из дыхательных мышц задействованы во время вдоха и выдоха, различают четыре типа дыхания, хотя полностью изолированного типа в жизни практически не встречается. В любом из них принимает участие, в большей или меньшей степени, вся система дыхания, но с преобладанием какой-либо одной группы мышц.

1. Ключичное (плечевое) дыхание
2. Грудное дыхание
3. Реберное дыхание
4. Диафрагмальное (брюшное) дыхание

Оптимальным типом дыхания, при котором голос ребенка звучит легко и естественно является смешанное дыхание.

Детские легкие малы по своей емкости и отсюда естественная ограниченность силы звука детского голоса. На начальном этапе обучения предпочтительно формировать смешанное дыхание, так как развивать какой-то определенный тип дыхания – вредно, потому что в этот период дыхание у детей – поверхностное. Но в дальнейшем, мы плавно переходим на освоение более серьезного типа дыхания диафрагмального.

Правильное певческое дыхание связано с правильной атакой звука. На первоначальном этапе обучения – используем только мягкую атаку. Она способствует развитию протяжного (кантиленного) пения и образованию спокойного, мягкого звука. Твердая атака обычно приводит к форсированию звука, что может губительно сказаться на развитии голосового аппарата ребенка.

Репертуар младшего хора включает песни различные по характеру. С первых уроков надо приучать детей брать дыхание «по руке», т. е. формировать осмысленную реакцию на дирижерский жест.

Певческая работа складывается из многих компонентов:

- певческой установки,
- певческого дыхания,
- атаки звука,
- приёмов звуковедения,
- строя хора,
- ансамбля.

Правильная постановка дыхания – это, прежде всего, использование полного объема легких, использование мышц брюшного пресса и диафрагмы во время дыхания, и использование естественных резонаторов, которые усиливают и обогащают звучание нашего голоса. В этом случае у вас никогда не устанет и не заболит горло от длительного пения, крика или разговора.

Кроме того, правильная постановка дыхания нужна каждому, кто хочет быть здоровым. Обычно человек дышит, используя только верхний отдел легких. Это грудное, поверхностное дыхание, при котором вы набираете лишь часть необходимого организму кислорода, используя дыхательную систему всего на 10%. В процессе же глубокого нижнего (брюшного) дыхания у вас задействованы легкие полностью, мышцы брюшного пресса и

диафрагма. То есть вы сами себе делаете внутренний массаж, который оздоровительно влияет на весь организм в целом. У певца, как правило, короткая фаза вдоха и очень длинная фаза выдоха. Ученые доказали, что восточная мудрость: «длинное дыхание - длинная жизнь» — имеет буквальный смысл.

В основе хорового пения лежит правильная вокально-техническая культура исполнения. Работа над ней — главная задача педагога. В современной работе с хоровым коллективом это достигается систематическим обучением и тренировкой, при помощи специальных упражнений под контролем хормейстера.

Певческая установка.

На самых первых занятиях надо объяснить детям, как правильно сидеть во время пения на уроке, т. к. главное условие певческой установки — правильное положение исполнителя. От детей требуется старание сидеть прямо, не опускать и не запрокидывать голову, держать спину прямо, плечи расправить. Нельзя сидеть нога на ногу, т. к. это сковывает певческое дыхание. В связи с тем, что занятия проходят с детьми, то естественно долго сидеть на одном месте они не смогут, следовательно, нужно каждые 10 минут менять вид деятельности (петь сидя, стоя, в движении).

Певческое дыхание.

Конечно, постановка голоса невозможна без постановки дыхания. Поэтому, первый этап постановки голоса — это дыхательные упражнения, которые помогут почувствовать, как должен работать дыхательный аппарат во время пения.

В обычной жизни человек не задумывается над тем, как именно он дышит. Дыхание происходит самопроизвольно и автоматически. Но если человек решает заниматься пением, то простого и привычного процесса дыхания ему неожиданно не хватает, так как певческое дыхание неразрывно связано со звучанием голоса.

Певческое дыхание, так же как и обычное, состоит из вдоха и выдоха, но на этом их схожесть и заканчивается. Отличия певческого дыхания от обычного в следующем:

- певческое дыхание осуществляется не произвольно, но только по воле дышащего;

- в обычном дыхании разница в длительности вдоха и выдоха небольшая, тогда как в певческом она может достигать разницы в 5-10 раз (выдох длиннее вдоха);
- певческое дыхание гораздо глубже обычного.
- если в обычном дыхании есть только вдох и выдох, то певческое подразделяется на три этапа: вдох, задержка дыхания и выдох.

Работа над воспитанием певческого дыхания у детей должна носить сознательный характер и осуществляться постепенно и систематически с самого начала занятий.

В связи со всем выше сказанным, можно сказать, что формирование певческого дыхания один из самых сложных процессов при обучении детей пению.

Так как от выдоха в певческом дыхании зависит фонация звука, то необходимо перво-наперво обучить детей новому ритму и темпу дыхания: короткий вдох и длительный выдох, чётко рассчитанный на музыкальную фразу.

Обучение же детей следует начинать с указаний на необходимость брать дыхание нижней частью грудной клетки, бесшумно, не поднимая плеч, расходуя его до конца фразы.

Певческий вдох берётся одновременно через рот и нос коротко, но не судорожно, активно, но бесшумно.

Большую пользу на начальном этапе развития певческого дыхания приносят беззвуковые дыхательные упражнения, которые применяются, как вспомогательное средство для укрепления дыхательных мышц.

В самом начале работы с хором приходится проявлять большое терпение, вводя постепенно одно-два упражнения, пока их полезность не станет понятной каждому и тогда они уже исполняются осознанно и заинтересованно.

Детям нужно знать, что вдох должен соответствовать темпу и характеру исполняемого произведения. Часто дети допускают ошибку при вдохе, стремясь набрать в легкие как можно больше воздуха. При этом

поднимаются плечи, заполняется только верхняя часть легких. В результате тянуть звук долго они не могут. Голос звучит сухо и сдавленно, певец часто «перехватывает» дыхание, вокальная фраза становится короткой, страдают строй и ансамбль хора.

ХОД УРОКА:

ПЕВЧЕСКАЯ УСТАНОВКА

1. Упр. «Крутим плечами»

Покрутить плечами назад, затем вперед

Цель: снятие напряжения в шее и плечах

2. Упр. «Поднятие плеч»

Поднять плечи как можно выше и резко сбросить напряжение, опустить плечи

Цель: закрепление ощущения свободного опущенного положения плеч

3. Упр. на ощущение правильной осанки «Струночка»

Взять себя за волосы на макушке и слегка потянуть вверх, ощущая «натяннутость» внутри тела

Цель: сформировать правильную осанку, певческую позицию

4. Упр. «Точка на груди»

Цель: формирование правильной осанки

5. Массаж лица:

- подушечками пальцев слегка постучать по щекам,
- массаж крыльев носа,
- массаж лба
- массаж глаз,
- посмотреть в разные стороны, быстро поморгать,
- точечный массаж ушей.

Цель: расслабление мышц лица, регуляция кровообращения, улучшение эластичность мышц.

Дирижёрский жест.

Перед младшим хором стоят задачи усвоения дирижерских жестов и выработки хорошей реакции на них (внимание, дыхание, вступление, снятие, фермата, пиано, форте, крещендо, диминуэндо и т. д.).

ДЫХАТЕЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. «Вдох-выдох»

Спокойный вдох носом, выдох – через рот. Упражнение выполняются 3-4 раза

2. «Шарик»

Взять дыхание, задержать его и активно, но медленно произносить звуки «с», «ш».

Цель: формирование ощущения опоры, экономного расхода воздуха, выработка постепенного и плавного выдоха. (можно для контраста изобразить шарик, который забыли завязать)

3. «Поезд»

Пульсация звуком «Ч» в различных ритмах: 2 четверти, триоли, 4 восьмых

4. Дыхательные упражнения из системы А. Стрельниковой:

- «Ладони»
- «Обними плечи»
- «Погончики»
- «Насос» и др.

Данный комплекс упражнений направлен на то, чтобы сделать дыхание более глубоким. В основе гимнастики - «парадоксальный вдох». Грудная клетка сжимается скрещиванием рук, и вдыхаемый воздух проникает глубже, в нижние отделы легких. Повышается активность диафрагмы.

5. Упражнения по системе фонопедического метода развития голоса В. В. Емельянова

Открытость рта максимальная, 4 зуба наверху и 4 зуба внизу должны быть видны, губы не касаются зубов и даже дёсен. Желательно, чтобы дёсны были видны, губная комиссура, контролируемая пальцами рук, должна быть натянута, а не напряжена. Произносить согласные с открыванием рта до и после в последовательности: ш,с,ф,к,т,п,б,д,г,в,з,ж.

В этой последовательности каждая согласная повторяется 4–8 раз так, чтобы фонеция этой согласной прекращалась вдохом, чтобы не было слышно выдоха, т.е. что не нужно делать: шы,сы,фы,кы,гы и т.д. На согласных «т» и «д» производится покусывание кончика языка передними зубами. Согласные «к» и «г» произносятся с полностью открытым ртом и без движения челюсти.

Необходимо следить за свободной нижней челюстью, ее возвращением в исходную позицию после каждой согласной.

Цель: активизация произношения глухих и звонких согласных, работы диафрагмы.

Применение фонопедического метода развития голоса В.В.Емельянова и «Дыхательной гимнастики» А.Н.Стрельниковой в работе с дошкольниками значительно разнообразят занятия с детьми, повышают интерес к процессу пения и желания учиться управлять своим голосом.

6. Штробас

Цель: расслабления голосовых связок

7. «От шепота до крика»

Произносить с усиливающейся громкостью: «раз, два» – шепотом, «три, четыре» – тихим голосом, «пять, шесть» – средним голосом, «семь, восемь» – громко, «девять!» – очень громко, «десять!!!» — крик.

Цель: запомнить характер звука и энергетические затраты на крике

8. «33 Егорки»

Проговорить скороговорку: «Как на горке на пригорке стоят 33 Егорки». Затем взять вдох, в момент выдоха считать до 33-х Егорок.

Цель: развитие навыка экономичного выдоха.

ДИКЦИОННЫЕ УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ ДЫХАНИЯ

9. «Салютики» из парных согласных: б-п, в-ф, г-к, д-т, ж-ш, з-с.
(контролировать пресс)

Цель: синтез дыхательных и дикционных упражнений.

10. Шепотом произносить текст скороговорки, затем текста произведений.

ВОКАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ ДЫХАНИЯ

11. Пение с закр. рт. на одном звуке

Цель: выработка унисона, высокой певческой позиции, объемного звука.

12.



Цель: постепенное удлинение выдоха.

13.



Цель: формирование ощущения опоры, высокой певческой позиции

14.



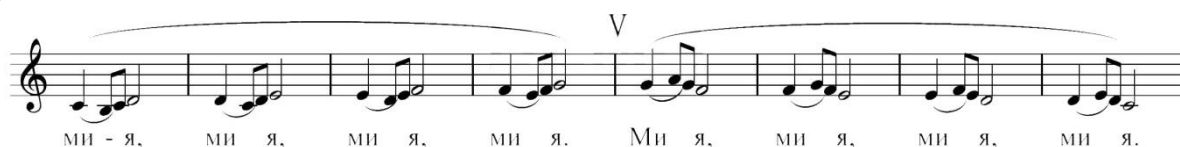
Цель: закрепление ощущения опоры

Когда руководитель заметит успехи в овладении начальными навыками певческого дыхания, необходимо переходить к усвоению приемов «цепного дыхания». При цепном дыхании певец делает вдох в тот момент, когда его сосед тянет звук. При возобновлении пения нужно незаметно, не изменяя динамики и характера звукообразования, включиться в общее звучание. Основные принципы цепного дыхания: не дышать там, где хочется; не расходовать запас дыхания до конца; вступать на нюанс тише в середине выдержанного звука.

15. Игра на цепное дыхание «Передай шарик»

Играют 2е детей, перед ними на столе шарик (вместо шарика можно любой другой предмет). В унисон поют заданный звук. Ребенок, у которого кончилось дыхание берет в руки шарик, показывая классу, что он сейчас меняет дыхание. Затем второй ребенок забирает шарик, класс видит, кто меняет дыхание... И так дети, передавая друг-другу шарик, демонстрируют смену дыхания. Пример показан, можно вырабатывать цепное дыхание всем хором.

16.



**дыхание цепное, общее брать по фразам.*

ПРИМЕНЕНИЕ ЗНАНИЙ И УМЕНИЙ НА ПРИМЕРЕ РУССКОЙ НАРОДНОЙ ПЕСНИ «НА ГОРЕ-ТО КАЛИНА»

Исполнение песни.

Работа над унисоном:

- пение на «выдувание»
- на слоги «ко»

Цель: активизировать дыхание, атаку звука, формировать ощущение «опоры»
Обратить внимание на физиологически верную организацию певческого дыхания, строй, подачу звука, передачу образа.

В работе над первым куплетом песни использовать приобретённые ранее навыки дыхания в динамике *p – tr*.

Постепенное увеличение громкости с каждым куплетом по аналогии с упр. «Счет».

Добиться эмоционального сопереживания детей, сложенного, свободного исполнения.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ:

В процессе обучения пению упражнения на укрепление дыхательного и голосового аппаратов, свободное и правильное владение ими, неразрывно связаны друг с другом.

Итальянский музыкант, педагог Франческо Ламперти назвал школу пения – школой дыхания, с этим нельзя не согласиться.