Методическая работа

отделения вокального искусства

Преподавателя Каримовой А.С.

«Основы вокальной техники»

Введение

Можно ли развить в себе певческий голос? Не есть ли это природный дар, которым обладают лишь немногие? Ведь известно, что те, кто умеет хорошо петь, проявляли свои способности уже в детстве. Кроме того, известно, что хороший голос передается по наследству. Значит ли это, что тем, у кого как будто и нет особого голоса, невозможно никогда запеть по-настоящему?

Практика обнадеживает всех и утверждает: научиться петь возможно, находясь в любом состоянии. Потенциально певческий голос есть у каждого из нас, но природный механизм его у большинства не работает – и это потому, что «не запущен». «Запустить» его и, со временем, выявить естественный и красивый, а нередко даже профессиональный голос призваны занятия с хорошим педагогом и по верной методике. Чаще всего первые попытки запеть разочаровывают начинающего певца:

звук у него получается резкий, зажатый, похожий на крик, интонация не устойчивая: петь, не фальшивя, стоит огромных усилий, а иногда и вовсе не получается;

петь неудобно: мышцы тела при пении судорожно зажимаются.

Только серьезные занятия и ежедневные тренировки приводят весь организм в раскованное состояние, а самое главное, *появляется понимание владения голоса.*

Полное владение голосом предполагает:

* естественность и удобство при пении,
* гибкость певческого инструмента,
* красоту и однородность тембра,
* неутомляемость,
* способность свободно выдерживать высокую тессетуру,
* наличие широкого диапазона (около 2-х октав),
* звуковую мощь и т.д.

В чем заключается вокальная школа, в чем ее секрет?

*Простота* реально является *основой обучения*пению и самого пения. Начинать занятия вокалом следует с уяснения того факта, что процесс пения, в принципе, не сложнее процесса речи или дыхания, или другого любого процесса, совершаемого нами автоматически и без всякого контроля со стороны сознания. Кроме того, ни какое знание строения частей голосового аппарата никогда само по себе не помогало научиться петь.

В вокале, вообще, не нужно искать особенных тайн и секретов. Их просто нет. К сожалению, большинство начинающих убеждены в обратном. К тому же преподаватели их не только не разубеждают, но и, наоборот, всячески поддерживают: тут и «маска», и «опора на грудь», и «опущение гортани». Но опыт педагогов – тех, кто реально проводит своих учеников к успеху – говорят о другом.

Физиологические основы пения.

О рефлексах и автоматизме движений.

Современная наука физиология в лице ее высших авторитетов указывают певцам, что пение как искусство должно быть основано на естественных (физиологических) функциях голосового аппарата, что малейшие их искажение немедленно отражается на голосовом аппарате певца.

Основным принципом вокальной методики должен быть *учет нервных факторов* певческого процесса.

Важная роль, согласно учению И.Л.Павлова, отведена так называемому *подсознанию*. К подсознательным относят процессы, связанные с возбуждением, слишком слабым для того, чтобы быть осознанным, т.е. подвергнуться речевой характеристике (так называемое подпороговое корковое возбуждение).

Непроизвольная реакция организма на внешнее раздражение называется *рефлексом.*

Врожденные рефлексы человек наследует от предшествующих поколений. *Безусловными рефлексами* называют врожденные рефлексы, которые осуществляются низшими отделами центральной нервной системы (ЦНС).

*Условные рефлексы* у человека осуществляются при участии коры больших полушарий. Нормальная деятельность всего организма в целом обеспечивается сложным взаимоотношением массы условных и безусловных рефлексов.

Привычка упрощает наши движения, делает их более тонкими и уменьшает вызываемую ими усталость.

*Автоматизированные движения* не только не уступают движениям, происходящим под контролем сознания, но превосходит их, отличаясь точностью и экономией в затрате сил.

Все эти рефлексы и процессы должны функционировать непроизвольно, всякое торможение нарушает свободный ход движения. Поэтому в сознании ученика пение должно составлять представление о едином движении, в которое сливаются воедино все части голосового механизма.

*Функции гортани и связок*

составляют самую сущность певческого аппарата.

Поэтому свободное владение голосом возможно лишь в том случае, если гортань и связки не испытывают при пении ни каких стеснений, в особенности излишнего воздушного давления на них. При этом начинающий певец должен быть убежден в том, что его гортань и связки не нуждаются в его непрерывном контроле и наблюдении. В нормально протекающем певческом процессе голосовые связки не ощущаются певцом, как в здоровом состоянии не ощущается работа сердца. Эта сторона певческого процесса управляется непосредственно *нервной системой*, причем управляется рефлекторно. Когда это нарушается, то все искусственные технические приемы всегда идут в ущерб голосообразованию.

Физиологические основы вокальной методики.

Причина болезненного состояния голоса у начинающих станет понятной, если учесть, что первый период занятий обычно начинается с показа и требования усвоения «правильных» технических приемов, вызывающих торможение естественных привычных движений. Это нарушение нормального взаимодействия и равновесие всех механизмов голоса приводят к ломке всего сложнейшего комплекса певческих движений и служит началом возникновения певческих заболеваний голоса. Кроме того, при имитации манеры подачи звука преподавателя учащийся в редких случаях не искажает свой тембра. Заставляя свой аппарат работать в несвойственных ему условиях.

Почти все обычно применяемые как правильные технические приемы:

* набор звука,
* его задержка и экономия,
* расходование,
* атака,
* «прикрытие» звука,
* направление его в «маску»,
* опора на дыхание, реберные мышцы,
* держание гортани в том или ином положении,
* пение на улыбке, зевке «высокой позиции»,
* на «вдыхательной установке» и пр. – НЕПРАВИЛЬНЫ как искусственные и потому нарушающие естественные функции дыхания и связочного аппарата гортани, на которых должен строиться певческий процесс.

Потеря легкости звука, затрудненность легкости, искажение тембра, напряженность верхних нот – все это итоги дезорганизации нормальных функций голосообразования. В частности фонастения (голосовая слабость, расстройство механизма голосообразования), по мнению ларингологов, возникает из-за усталости в *нервных мозговых центрах*, вызванной заменой *автоматизированных* движений *волевыми*. С другой стороны, нервное переутомление вызывает расстройство мышечной деятельности голосового аппарата, пагубно отражается на звуке. Всякое мышление сопровождается мускульным напряжением, при записи, даже дыхание во время во время мышления о каком-либо звуке, фаза вдыхания ускоряется, а фаза выдыхания удлиняется.

Как сохранить голос ученика? Только путем предоставления голосовому аппарату возможно большей свободы в период его формирования.

Психологические данные учат вокального педагога *не тому, что он должен делать, а тому чего он не должен делать при обучении пению*. Прежде всего, вокальный педагог должен иметь *точное представление* о природе произвольных и автоматизированных движений и о границах их применения при обучении пению.

В начальной стадии занятий, до работы над звуком, педагог должен заложить *психологический фундамент работы*, т.е. ознакомить ученика с общими основными принципами вокального искусства, а также со всеми его сторонами:

* музыкально-эстетической,
* акустической,
* физиологической.
* И показать ему лишь такие основные технические приемы, как:
* поддержка дыхания при пении,
* изменение ротовой полости в зависимости от изменения высоты и силы звука.

Далее, в процессе тренировки, и только ненасильственной, будет использована *автоматическая* регуляция певческих движений голосового аппарата.

Звукообразование в пении должно и может достигаться так же естественно и легко, как и в разговорной речи.

Таким образом, главная задача преподавания состоит в выработке вокальной техники *не по частям*, а в целом:

* дыхание,
* дикция,
* фразировка,
* выработка гласных,
* плавность,
* динамика звука

Все это должно *разрабатываться одновременно* и постепенно развиваться в ходе целесообразных упражнений.

Наряду с речью пение – это чрезвычайно сложный нервно-мышечный акт, выполняемый многими органами, причем большинство тончайших изменений в механизме действующего голосового аппарата нашему произвольному *управлению не подчиненно*.

Пение надо рассматривать не только как функцию голосового аппарата, но и как сложную рефлекторно-координированную функцию всего организма в целом, в основе, которой лежит совместная деятельность коры *головного мозга* и нижележащих подкорковых образований.

Для обучения пению необходимо настолько изучить аппарат автоматики и авторегуляции голосового аппарата, чтобы давать возможность всем естественным силам организма ученика выявиться и быть использованными для выражения того смыслового *содержания*, которое *лежит в основе исполнения, а не душить и не глушить* их ради каких-то *отдельных сторон*.

Между тем критерий правильности метода обработки голоса очень прост:

правильность приемов вокальной школы,

системы,

метода,

эмпирики (т.е. опыта),

может быть установлена путем их врачебно-физиологического обследования в смысле отражения на голосе, дыхании и нервной системе ученика, и полного совпадения их с естественными функциями голосового аппарата, т.е. их адекватности:

Все то, что согласуется с нормальной деятельностью певческого аппарата – ПРАВИЛЬНО, все то, что нарушает эту деятельность – НЕПРАВИЛЬНО и к применению НЕДОПУСТИМО.

Значение тренировки.

Под влиянием тренировки происходит максимальное развитие врожденных задатков двигательной деятельности и, то, что особенно важно, – преобразование врожденных особенностей и формирование новых форм двигательной деятельности, не имевшихся в наследственном фонде.

Так как вокальная техника представляет собой сложную координацию рефлексов, то поддержание ее на достаточной высоте и ее дальнейшее развитие требуют непрерывной тренировки. В результате часто повторяемого движения в соответствующих участках коры головного мозга получается, как бы «*оттиск*» и «*отпечаток*» движения, динамический стереотип, систематическое поддержание которого составляет все меньший труд.

В условиях непрерывной тренировки все более возрастает легкость, с которой наступают процессы *возбуждения* под влиянием их частого повторения; успех достигается все с меньшими усилиями, причем, сам процесс тренировки становится привычкой и удовольствием.

Необходимо помнить, что в отличие от врожденного рефлекса, условный рефлекс является относительно непрочным и довольно быстро исчезает. Вот почему постоянная тренировка является для певца *обязательной*.

Некоторые практические замечания

Длительная неутомляемость голоса является показателем нормальной *деятельности нервной системы*.

Умение «снять звук со связок», когда слушателям кажется, что голос певца звучит как бы над связками, переполняя звучанием верхний резонатор, есть *высшее мастерство звукоподачи*.

Основным у певца должно быть стремление ко все большей и большей легкости и прозрачности звука. Но высоте и силе голоса есть пределы, а у *звучности нет пределов*.

Пение не капиталом (звук), а процентами (звучание) дает максимальные результаты при минимальной затрате сил – причина, по которой большинство великих певцов очень долго сохраняло голоса. Для отвлечения внимания ученика от собственного голоса полезно применять метод «психического заглушения» путем переключения слуховых ощущений в сторону целесообразных зрительных ощущений.

Таким путем достигается растормаживание голосового аппарата, аналогичное механическому заглушению. Одновременно у ученика создается внешнее зрительное представление о певческом звуке, рефлекторно вызывающее его плавность и округленность.

Очень важно и целесообразно в начальный период обучения заменить рояль аккомпанементом виолончели или скрипки, потому что это вызывает через слух ученика такую же плавность движения дыхания и звука, постепенно образуя у него рефлекс на кантилену.