# МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

# ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ВОКАЛОМ С ДЕТЬМИ

# В ПЕРЕХОДНОМ ВОЗРАСТЕ

Самой ответственной работой в вокальном воспитании подрастающего поколения считается работа с подростками от 11 до 15 лет. Именно в эти годы формирование певческого голоса, находящееся в прямой зависимости от изменения структуры голосового механизма, входит в свои права. Это изменение заключается в том, что внутри голосовой складки (в ее соединительной ткани) начинают развиваться мышечные волокна различного направления: продольного, поперечного и косого, придавая голосу в этом возрасте новые качества звучности.

Мы рассматривает этот период, как вторую стадию развития голоса. При постепенном и спокойном переходе голоса от чисто детского звучания к подростковому наблюдается следующая картина:

1) голоса, продолжая звучать спокойно, как бы "насыщается обертонами" и приобретает индивидуальные тембровые качества;

2) диапазон голоса начинает расширяться не только вверх, но и вниз;

3) сила голоса постепенно увеличивается;

4) дыхание углубляется.

Необходимо указать, что мышечная выносливость голоса мальчиков значительно большая, чем у девочек. Диапазон у мальчиков также больше.

Известно, что дети хорошо подражают, поэтому очень важно, чтобы сам учитель пел правильно.

К элементарным певческим навыкам относятся:

1. умение владеть дыханием (бесшумный вдох, не поднимая плеч, и экономный выдох);
2. умение владеть артикуляцией (т.е. правильная работа органов произношения: нижней челюсти, губ, языка, мягкого неба, глотки);
3. умение протяжно, правильно петь гласные при четких согласных;
4. уметь петь чисто (т.е. точно по высоте, точно «интонировать»).

Все певческие навыки тесно связаны между собой, как и все части сложного певческого механизма. Только в результате одновременной согласованной работы всех его частей явится правильный художественный звук и будет возможно выразительное пение.

Хочется добавить, что те методические указания, которые мы будем давать ниже, применимы только к учащимся, у которых развитие голоса протекает нормально, и нет противопоказаний к занятиям. Особенно важно сохранить в занятиях самое ценное качество голоса – тембр!

# Работа над дыханием

Занятия с детьми переходного возраста протекают по уже "проторенным путям", но с постепенно усложняющимися программными задачами.

Если у детей младшего возраста дыхание воспитывалось непроизвольно и выражалось в основном в его регулировке в процессе мягкого и спокойного пения, то с этой группой для того, чтобы дыхание стало прочной основой голоса, работа над ним должна носить сознательный характер и занять очень ответственное место в учебном процессе.

Если подростки среднего и старшего возраста начинают заниматься пением без предварительной подготовки, у них следует воспитывать первые дыхательные ощущения, как если бы это были дети младшего возраста. Полноценное дыхание базируется на постепенном укреплении мускулатуры, и поэтому мышечную тренировку нельзя начинать с какого-то промежуточного звена: последовательность такой тренировки будет нарушена и должных результатов не даст.

**Побеждать природу человека следует не скоростными, а разумными методами. Лучше медленное, но прочное развитие природы, чем скоростное, но быстро отцветающее. Все это необходимо учитывать и помнить, что молодую природу укреплять необходимо, но перенапрягать вредно**.

Воспитание дыхания у детей среднего возраста осуществляется с самого начала занятий в следующей последовательности:

- устанавливается правильное положение корпуса, в меру активное, упругое в пояснице и расправленное в плечах;

- спокойный, медленный выдох через нос, не поспешный, не суетливый, без шума, с мягко сомкнутыми губами;

- выдох через рот, с губами, сохраняющими прежнюю мягкость и ненапряженность без выдвижения их вперед.

Если при выдохе у ученика поднимаются плечи, педагогу следует сказать, что этого делать нельзя и заставить ученика еще несколько раз вдохнуть, положив свою руку на его плечо. Если дыхание произведено правильно, ученик должен самостоятельно вдохнуть еще несколько раз. При нормальном состоянии плеч ученику необходимо сказать, что теперь, когда весь его корпус спокойный, он дышит хорошо и правильно. Лучше не возвращать его сознание к воспоминаниям о неправильных действиях, это не всегда дает положительные результаты. Лучше заострять его внимание на том, что правильно.

Если работа над дыханием в младшей группе ограничивается воспитанием навыков спокойного вдоха и выдоха (первый этап), а также привычки не поднимать плечи, то в среднем возрасте при более развившихся реберной и межреберной мускулатуре ощущение раздвигающихся ребер при вдохе следует считать как бы вторым этапом воспитания певческого дыхания. Для реализации этих ощущений и для укрепления сознательного контроля над ними рекомендуются следующие дыхательные упражнения.

1. На "раз!" – вдох через нос с резким раздвижением ребер, на "два!" – выдох через рот с опусканием ребер.
2. На "раз!" – вдох, как и в предыдущем упражнении, на   
   "два – три!" – более медленный и спокойный выдох.

В некоторых случаях, как, например, при пении в быстром темпе, может быть разрешен вдох через рот, но без поднятия плеч.

Умение расширить ребра воспринимается детьми и подростками очень индивидуально, так как в большей степени зависит от их физической конституции: у детей со слабой и вялой мускулатурой раздвижение ребер происходит крайне заторможено, у детей, более развитых физически, - более активно и свободно. В тех случаях, когда ученики не понимают, что значит раздвинуть ребра, педагогу необходимо показать, как осуществить этот прием дыхания. Для этого педагог может предложить ученику положить ладони на стенки своей грудной клетки и, вдохнув глубоко, дать ученику ощутить, насколько у него, у педагога, раздвинулись ребра. Если после такого показа ученик все же не умеет осуществлять глубокий вдох, ему следует предложить дышать лежа или попросить нагнуться вперед. Некоторые авторы указывают о полезности проведения перед занятиями дыхательной гимнастики – на вдох и выдох. Здесь нам хочется отметить, что дыхательные навыки должны развиваться и укрепляться в процессе пения. Поэтому долго заниматься изолированным дыханием не рекомендуем.

Подросткам необходимо внушить, что хорошее дыхание должно улучшить не только звучание их голоса, но и содействовать правильному произношению слова и грамотному исполнению текста. Это значит, что при пении необходимо "думать", а не только издавать голос, т.е. не вдыхать среди слова и никогда при исполнении песни не вдыхать там, где не принято вдыхать в речи.

Следующий этап в овладении певческим дыханием выражается в умении сохранить нижние ребра в раздвинутом положении на протяжении всей вокальной строчки, требующей непрерывного дыхания. Достигается это при экономном медленном спокойном выдохе и сопротивлении нижних ребер к спадению. Умение удерживать ребра в раздвинутом состоянии способствует наиболее экономному расходованию воздуха при пении и улучшает условия регулирования этого расхода.

Очень важно научить ученика "предвидеть" какую вокальную фразу по длине ее строчки ему предстоит спеть. Если ученик успевает это сделать своевременно, ему не приходится "спохватываться" в последний момент, когда уже поздно и когда дыхание из-за невнимания частично растрачено.

Выполнение вокальных фраз и фрагментов песен, представляющих по мысли единое целое, приучает учеников понимать, что дыхание в пении должно находиться под контролем их сознания и что для приобретения хорошего дыхания, как основы певческого мастерства, большую роль играют как их физические ощущения, так и сознание с целенаправленным вниманием, без которых устойчивость дыхания достигнута быть не может.

**Работа над словом**

Так как пение соединено со словом, смысловым содержанием текста (чего нет ни у какого другого инструмента) – эмоциональноевоздействие его на слушателя значительно возрастает.

Задачей вокального искусства является воздействие на слушателя всей совокупностью художественных и технических средств исполнения, т.е. звуками голоса, их динамикой, диапазоном, агогикой, тембром, беглостью, подчеркивающими смысловое и эмоциональное содержание текста в его музыкальном воплощении.

**Произношение**

Если у детей младшего возраста подвижность языка является еще недостаточно развитой, что и приводит к основным недостаткам произношения в этом возрасте, то в переходном возрасте язык становится достаточно подвижен, и недостатки произношения имеют несколько иные причины. Это нормальные физиологические явления, обусловленные возрастными изменениями голосового аппарата. Слово может звучать несколько "глубоко". Этот недостаток может быть компенсирован работой над четкостью артикуляции гласных и в особенности согласных, от которых сильно зависит дикция.

Поэтому и в среднем возрасте мы советуем работать над скороговорками, тренирующими четкую артикуляционную подвижность. Например, при скороговорке "Купи кипу пик" ученик должен мысленно себе представить последовательность трех "ключевых" согласных звуков - К, К, П.

Для развития четкости согласного Р можно рекомендовать скороговорку: "Ехал грека через реку, видит Грека в реке рак. Сунул Грека руку в реку, рак за руку Греку цап!" После произнесения рекомендуем пение ее по гамме вверх до "рак" и обратно вниз до "цап". Еще один вариант скороговорки: "На дворе трава, на траве дрова. Раз дрова, два дрова, три дрова!" Вариант попевки дл нее: I-II-III-II-I

Для согласного С: "Везет Сенька Саньку на санках, свалил Сенька Саньку в сугроб, схватил Санька Сеньку за санки и снова свалился в сугроб", или: "Осип орет, Архип не отстает. Архип осип, Осип охрип".

Если мы хотим, чтобы вокальная речь приобрела совершенную форму, она должна быть выразительной. Слово не имеет права быть "мертвым", а должно быть всегда "живым". В практике сущность любого предложения меняется в зависимости от того, какое слово утверждает его значение, а в вокальной фразе, где воедино сливаются две мысли – словесная и музыкальная, каждое слово оживает по-новому, если поставленный на нем интонационный акцент раскрывает его логическую и эмоциональную сущность.

Песня, назначаемая ученику, должна быть предварительно проштудирована педагогом как с технической, так и с художественной стороны. Педагог должен личным показом раскрыть образ песни и провести о ней соответствующую беседу. Несмотря на то, что в момент разучивания от ученика нельзя еще требовать включения его эмоциональности, никогда не следует разучивать мелодию, если она и сопровождающий ее текст не вызывают у ученика представлений того, что скрывается за ее музыкой и словом.

# Вокальные упражнения

Цель применяемых в этом возрасте вокальных упражнений – привитие подросткам в процессе здорового и мягкого звукообразования основных навыков певучести и чистоты интонации, тесно связанных с правильным дыханием и организованным музыкальным слухом. Ввиду того, что музыкальное искусство сопровождается словом, четкость которого сильно влияет на правильную настройку голосового механизма и его резонаторных полостей, вокальные упражнения в этом возрасте поются преимущественно не на изолированных гласных, а на слогах, словах и отдельных фразах. Отработанные упражнения подкрепляются попевками. Хотя артикуляционная подвижность в этом возрасте значительно лучше, чем у маленьких детей, она требует и у подростков неизменной работы над нею. Кроме того, качество артикуляции в большой степени зависит от индивидуальных архитектонических особенностей полости рта ученика. Если у одних подростков анатомическое строение полости рта имеет "горизонтальную" архитектонику и с ней более плоскую форму небного свода, то и окраска голоса таких учеников более светлым звучанием, иногда чрезмерно открытым, требующим "затемнения". Наоборот, если полость рта имеет "овальную" форму, звук бывает более темный, а иногда и "заваленный". Поэтому с первой группой необходимо больше работать на "темных" гласных О и У, а со второй – на "светлых" И, Э, А.

Вокальные упражнения должны быть непосредственно связаны со слуховым воспитанием, задачи которого значительно расширяются.

Урок необходимо начинать с настроечных упражнений (тонических трезвучий), устанавливающих координацию слуха с голосом. Так как мы придаем большое значение ладовому воспитанию, пение гамм становится важным средством слухового развития вокалиста. Известно, что пение гамм в интервальных и темповых усложнениях было основой вокального воспитания старых итальянских школ (как взрослых, так и детских).

Гаммы следует петь плавно "на одной линии", как бы символизирующей "линейное" дыхание, придающее всем звукам вокальную "ровность". Это тесно связывается с регуляцией гласных звуков, "вливающихся" один в другой и подчиняющихся первому гласному, как "установочному". Ровность и плавность особенно важны при пении интервалов, которые должны ощущаться не как "шаг" и тем более "скачок" через порог, а как непрерывный растянутый гласный звук, осуществляющий плавное движение мелодии. Старейший итальянский педагог Този совершенно справедливо утверждал , что учение соединять интервалы есть умение петь.

При работе над звуком необходимо следить за легкостью и непринужденностью голоса. Это не значит, что голос подростка не должен насыщаться, но его обогащение при естественных условиях звучания происходит за счет самой природы, т.е. ее морфологического развития и углубляющегося дыхания. Плохо, если постепенность этого развития нарушается искусственной работой гортани, способной изменить непринужденность голосообразования. Голос может развиться правильно в тех случаях, когда используется его природа «сегодняшнего», а не «завтрашнего» дня. Последнее, к сожалению, нередко бывает, когда голосам подростков придается большая звучность, чем позволяет их природа на данном этапе развития. Излишняя звучность может быть достигнута, но она всегда отражается на дальнейшем развитии голоса во взрослом состоянии.

Непринужденная работа голосового механизма имеет громадное значение в вопросе координации голоса со слухом, так как при естественном (не напряженном) звучании голоса проторение путей от одного очага возбуждения к другому, т.е. от двигательного к слуховому и обратно, происходит значительно быстрее, в силу чего и замыкание рефлекторной цепи достигает большего эффекта.

Мы коснулись вокальной работы с подростками, у которых развитие голоса протекает нормально. Но среди детей этого возраста есть и другие, голос которых требует особого внимания. К этой категории относятся не только подростки обоего пола, у которых появляются признаки мутации, но и такие, которые искажают свой голос неправильным крикливым пением. Неправильное громкое пение вызывает перенапряжение голосового механизма, внешне выражающегося во вздутии мышц шеи и ее покраснении, что никогда не наблюдается при естественном пении.

Основные приемы работы с «крикунами» сводятся к «отметанию» всех наносных, ненужных, вредных навыков, вплоть до «шепотной» методики, способствующей отдыху напряженных голосовых связок. При шепоте связки не колеблются, а если начинают колебаться, то минимально. Временно, выключив голос из работы, мы занимались лишь воспитанием дыхания и артикуляционными движениями при произношении слов: мягкое опускание нижней челюсти и движение языка касанием его кончика внутренней поверхности верхних зубов. Если мальчик оказывал при этом методе терпение, эффект шепотного приема давал себя быстро знать, так как отдохнувшие связки начинали по-другому реагировать на фонации.

Учащиеся, исказившие себе голос форсированным пением, но терпеливо подчинявшиеся новым требованиям мягкого и непринужденного пения, нередко перестраивались и спасали свой голос от неминуемого срыва.

Задача по исправлению испорченных голосов усложняется особенно тогда, когда напряжение голоса совпадает с наступившей у мальчиков мутацией. В таких случаях может помочь лишь «режим молчания», а также длительное наблюдение за голосом со стороны педагога.

В случае прекращения занятий с мальчиком должна быть проведена беседа о том, что голос его начал меняться, требует очень бережного с ним обращения и занятий в другом плане, чем те, какие с ним велись до сего времени.

Во время мутации как у мальчиков, так и у девочек очень меняется психика. Мальчики иногда сильно переживают новое состояние обедневшего у них голоса. На педагоге лежит обязанность разъяснить им закономерности этого явления, успокоить их, что голос к ним вернется, но будет уже звучать, как у взрослого мужчины.

У некоторых девочек в переходный период меняется характер, появляется большая замкнутость, в то время как некоторые становятся капризными. Нередко бывает, когда голос у девочек перестает звучать, как раньше, они начинают терять веру в себя. В этих случаях особо важно, чтобы педагог поддержал девочку добрым словом и заинтересовал ее каким-нибудь интересным репертуаром.

**Репертуарные требования**

Мы полагаем, что никакого особого репертуара для подростков не требуется. Главное, чтобы он соответствовал охранному голосовому режиму в этом возрасте, т.е. произведение ограниченного диапазона, доступной тесситуры, без резких скачков, без использования форсированного пения, а главное, соответствующее уровню музыкальной подготовленности ребенка, слуховым и голосовым данным, но также и психике и основным чертам характера. Но нередко в учебных целях вялым подросткам следует давать побольше бодрых песен, наоборот, слишком подвижным – больше напевных и спокойных, чередуя их с бодрыми

Иногда дома дети любят подражать артистам, которых они слушают по радио, пытаясь петь не только сложные песни из репертуара взрослых, но даже арии из опер, которые им еще не доступны.

В этом случае, от постоянного перенапряжения мышц, постепенно нарушается работа всего певческого аппарата.

Чтобы принести пользу, хорошо воспитать детский голос, очень важно разучивать с детьми песни, доступные данному возрасту, соответствующие психофизике и уровню подготовленности учащегося.

Прекрасно подходят для этого возраста старинные романсы (Варламов, Гурилев, Алябьев, Булахов), а также старинные итальянские арии, народные песни.

Полноценность звучания отобранной песни всецело зависит от мелодической ткани, удобно расположенной в звучащей зоне голоса ученика, что обязательно должно учитываться педагогом.

Целесообразно и эффективно, чтобы вокальные упражнения, предшествующие разучиванию отобранной песни, были с ней в непосредственной связи.

Очень важно, чтобы песня была правильно выучена с первого же раза; неверно заученная мелодия может оставить надолго след, и создание нового мелодического отпечатка происходит иногда очень долго и требует от ученика большого терпения и внимания.

В результате комплексного урока, на котором приобретаются вокально-слуховые, исполнительские и воспитательные навыки, учащиеся постепенно начинают понимать, что пение – не механическое раскрывание рта, а искусство, требующее большой углубленной работы. Цель его – доставлять удовольствие слушателю и раскрывать перед ним художественные образы, воспитывающие как у исполнителя, как и у слушателя вкус, эстетическое чувство, желание прикоснуться к прекрасному.

В заключение необходимо лишь указать, что роль педагога в период протекания мутации у подростков огромна, так как слуховой анализатор должен быть у них особенно обострен, а сердце должно быть открыто и чутко к переживаемым невзгодам подростков.