**Тренаж для младшего звена**

В вокале существует **5 алгоритмов пения: вдох; остановка; атака звука; звуковедение; снятие.**

Всю технику обучения эстрадному пению можно изложить в пяти постулатах:

1. Рот в позиции №1 (на улыбке; все зубы видно и чем выше звук, тем больше показываем коренные зубы; нижняя челюсть свободная). В эстрадном пении звук на всём диапазоне должен окрашиваться и звучать одинаково
2. Пение на опёртом звуке и дыхании. Гортань не поднимать. Дышим вниз живота (кишки давят на мочевой пузырь, живот надут, лёгкие – в стороны, а следовательно, гортань в нейтральной позиции или немного опущена. **Опора – важнейшее ощущение в пении, благодаря которой певец спокойно и свободно распоряжается своим голосом.**
3. Зевок (во рту возвести храм; звук округлый; пение на твёрдое нёбо). Например: а-мэ-ми (в позиции «а»).
4. Посыл звука на зубы.
5. Свободная нижняя челюсть.

На первом этапе обучения пению, особое место занимают попевки на одном звуке (на тонике или звуках тонического трезвучия).

Гласные «а», «о», «у», «и» петь в одной позиции (обратить внимание на гласные «е»; «и» - их следует не поджимать).

**Примерный тренаж**

**Для расслабленного, свободного пения, можно воспользоваться книгой С. Ригса «Пойте как звёзды».** Можно воспользоваться тренажём, составленным мною из многолетних наблюдений за становлением хорошего эстрадного вокалиста. Самое главное – всегда и во всём придерживаться позиции «не навреди». **Секрет успеха в воспитании хороших вокалистов состоит в профессиональном чутье педагога, «какие упражнения и для какой песни нужно использовать, чтобы добиться хорошего эстрадного звучания».**

**1.** Упражнение на дыхание. Дышим в низ живота, с сохранением во время пения положения вдоха и сохранением купола.

а) вдох – носом, выдох – носом, с остановкой;

б) вдох – голова назад, задержка дыхания (живот надут), выдох – голова прямо, живот подтягиваем к подбородку;

в) положить на кушетку ребёнка; на живот положить груз и дышать;

г) вдох: руки снизу – вперёд - в стороны (наполняем весь организм кислородом «стоим в поле и всей грудью вдыхаем запах трав»). Выдох: руки через стороны – вниз, «собираем весь негатив и сбрасываем»;

д) «Ищем опору». Хороший вдох носом, затем нужно сгруппироваться, обхватив колени руками, голову подтянуть к коленям. И в таком положении мычим на одной ноте (закрепляем позицию, куда идёт звук: через нос в голову). В том месте, где больно или образуется сгусток мышц и есть опора. Поём от «до» первой октавы до «до» второй;

е) «Фиксированный выдох». Хороший вдох – затайка - выдох фиксированный на ладонь. Дуем как через соломинку. Во время выдоха следить, чтобы струя воздуха была ровной, без толчков.

**2.** Артикуляционная гимнастика по Емельянову:

а) «Чистим зубы»: рот закрыт; вращения языком;

б) «Тик так» или «любопытный язычок»;

в) покусывание или жевание языка;

г) на мимику лица «обиделись, удивились».

**3.** «Заводим мотоцикл» (по квинте сверху-вниз).

**4.** Стаккато на одном звуке: «и»; «у»; «э»; «о»; «а».Звуки ударяются в твёрдое нёбо при округлом звучании.

**5.** Квинта сверху-вниз: порычать на «р».

**6.** Сверху вниз по квинте: Р-ра-р-ра-р-ра-р-ра-р-ра (освобождение нижней челюсти, настой дыхания, артикуляция, опора). При этом, звуки должны литься на одной ниточке, чтобы согласные не мешали, а служили опорой.

**7.** При вялом дыхании:

а) «ми-и-и-и-ма-а-а-а-а» - легато-стоккато;

б) сверху вниз стаккато: «ма-а-а»; «ми-и-и»; «ля-а-а».

**8.** При плохой интонации (гудошники).

Причина плохого интонирования - отсутствие верной координации между слуховым представлением и его воплощением голосом. Это обусловлено отставанием развития соответствующих частей коры головного мозга и как следствие - неумение использовать в пении «головной резонатор».

**Приёмы:**

а) пение звуков с постепенным повышением на гласный «у» приёмом стаккато (на слабой доле такта) с переходом на легато;

б) раскрепощение нижней челюсти в положении хорошо открытого рта (при пении на «у»). Этим достигается освобождение гортани от лишнего напряжения;

в) певческое задание даётся ребёнку на слух, но подкрепляется зрительной наглядностью;

г) звук, даваемый за образец должен звучать в ярко выраженной высокой певческой позиции (при пении нужно закрыть плотно уши ладонями рук).

**9.** Упражнения на дикцию:

а) Скороговорки: «Бык-тупогуб…», «Барашеньки-крутороженьки», «Из под топота копыт, пыль по полю летит». Скороговорки следует петь с нагрузкой во рту, например, орехами;

б) «Бдгэ-бдги-бдга-бдго-бдгу»;

в) в ре мажоре: «прозвенел звонок - начался урок». Спеть нужно эмоционально, чётко выговаривая слова.

**10.** Спуститься по лесенкам квинты и октавы сверху вниз, при этом постараться удержать первоначальный этап: «ре»; «ра».

**11.** Гамма: легато – «лю» (по полутонам вверх), стаккато – «до-о».

Второй и третий год обучения гамму поют каноном: сопрано «до-ре…ре-ми» 2 октавы. Альты «до…си» (малой) до 1. Звук следует брать сверху в высокой позиции. Следить за кантиленой при пении: длинный звук тянуть до следующей фразы и оформлять.

**Тренаж для среднего и старшего звена**

**Основные тезисы из мастер-класса для средней группы доцента кафедры вокала Савицкой Н.А. (г. Москва) «Орлята России» г. Туапсе; 2-6 ноября 2008г.:**

1. У эстрадников не должно быть переходных нот. Голос должен звучать на всём диапазоне одинаково.
2. ДЫХАНИЕ. Вдох нужно брать со стороны, а не поджимая живот. Следовательно, гортань не поднимается. Гортань должна быть свободна от вокала и немного опущена за счёт правильного дыхания:

а) выдохнуть весь воздух из организма;

б) подтянули низ живота без воздуха;

в) вдохнули носом и ртом, ощутив при этом момент испуга, и сохранив его, удерживая воздух, выдуваем через дырочку, при этом тужимся.

1. Надо уметь открывать рот (кулак во рту).
2. Нужно понимать мозгами, что мы делаем. Нужно всё видеть внутри себя; т.е. **петь** **осознанно.** Артикулировать под плюс перед зеркалом.

**5.** **Позиция.** Песню учить на «та-та-та».

а) мягкое нёбо и язычок вверх. Открыть от и показать гланды без палочки;

б) язык с челюстью выносим вперёд;

в) давления и зажима на гортань быть не должно;

г) острота и активность в нёбе.

**ВОКАЛ - это соединение гласных звуков на одном дыхании.**

**А-О-У-И - петь в одной позиции.**

**6. Смыкание связок.**

а) нёбо поднять;

б) основание языка не поднимать. Все звуки стоят в одном месте.

7. **Нёбо.** Открыть рот без зажима связок (зевок). Проверить зевок можно, поставив указательный палец в рот. Вдох-задержка-атака.

**А-Э-И-О-У-** петь на кончике языка и мягкого нёба. Челюсть при этом активно двигаться не должна. Звук в себе.

**ДЫХАНИЕ - давление кишками вниз и толкаем в голову, удерживаем в одном месте. Гортань при этом в полной свободе** (стр.11 С. Ригса; расслабление внешних мышц).

**ВОКАЛ - это не громкость, а умение управлять своим голосом.**

**8.** «и-и»- по ним хорошо находить тембральную окраску.

**9.** **Носовой звук** - от вялого формирования звука. Чтобы его исправить, нужно хорошо поднять нёбо и освободить гортань.

**10. Больше работать с текстом.** Читать внимательно текст и понять сюжет. Писать строчка, через три и проговаривать, прорабатывать, ставить логические ударения. Петь текст на одной высоте, плавно выстраивая гласные. Поём как говорим - эмоционально.

**11. Техника –** петь, ползя по полу, а мы держим певца за приподнятые ноги. Этот приём на **энергетику**. А потом, спеть стоя с той же энергетикой, что и ползя по полу. **Подача звука и дыхание во всём диапазоне должно быть одинаковым.** Например: подать звук на форте и отпустить на пиано.

1. В песне нужно больше искать, где отдохнуть, чтобы дать звук на кульминации.
2. Соблюдать вертикаль: грудь – голова.
3. Нижний регистр нужно петь головой.
4. Верхний регистр – вниз.

Или **использовать полностью тренаж по С. Ригсу:** Часть 1: Упр.1 -4; Часть 2: речевое пение. Тренаж компоновать в зависимости от поставленных вокальных задач. Во всём должно быть чувство меры.

**Тренаж для среднего и старшего звена вокальной студии «Разноцветная игра». Основные тезисы из мастер-классов по вокалу.**

Звук делится на две части:

1-я закрепление;

2-я раскачивание (вибрация).

Верхние ноты берём в одном и том же состоянии: как внизу, так и вверху.

**5 алгоритмов пения:** Вдох, остановка, атака звука, звуковедение, снятие.

**Задача педагога:** Чтобы ребёнок постепенно скоординировал все процессы звукообразования.

1. Дыхание: носовое (даёт энергии, поднятия нёба). Например: вдох и выдох (з-з…).
2. Остановка: оценка состояния голосового аппарата.
3. Атака: бывает придыхательная, твёрдая (точная), мягкая. При придыхательной теряется много энергии, нет опоры, свист, сип. Твёрдая атака начинающего певца может приучить к жёсткому звуку. Самая приемлемая атака – **мягкая.**
4. Звуковедение: работа гортани, высокая певческая форманта, артикуляция, резонирование, полётность звука.

Положение гортани при пении должно быть расслаблено, опущено (подойти сзади и положить руки на горло). Гортань должна находиться в одном положении на гласных. На согласных – немного двигаться.

От артикуляции зависит понятие пения.

У певца должна быть свободная нижняя челюсть, которая не должна активно участвовать в работе слова.

Положение языка: лежит внизу; маленький язычок поднят, следовательно, вход в гортань открыт. Целесообразно наличие высокой певческой форманты.

**Задача педагога**: найти высокое звучание и закрепить его. Петь там, где легко.

Исправление носового звука: высокое поднятие мягкого нёба, а следовательно, маленького язычка.

Процесс вибрато должен появиться в процессе обучения.

Педагогу следует добиваться полётности звука за счёт высокой певческой форманты, резонаторов.

**«Правильный звук должен литься свободно»** (из книги Дмитриева «Основы вокальной методики»).

**Опора певческого звука.** Звук льётся свободно. Певец спокойно распоряжается своим голосом (столб воздуха, давление на мягкое нёбо, на зубы и т.д.) Звук на протяжении всего упражнения не снимается с дыхания, с опоры, особенно на **«р».**

**Снятие звука.** Сброс дыхания (одновременное размыкание и давление дыхательного столба). Освобождение для следующей фразы. Дыхание сбросить всё.

**Пение – это активный физический процесс,** при котором тело расслаблено, внутри всё собрано. Опора на ноги (из книги Луконина «Обучение и воспитание молодого певца»).

**ТРЕНАЖ** (петь в удобном диапазоне)

1. Дыхательная гимнастика:

а) «Всей грудью вдыхаем запах трав»;

б) «Фиксированный выдох» - дуем на свечу или через соломинку;

в) «Поиск опоры»: вдох – сгруппироваться, и мычим на одной ноте. Выдох – встали, расслабились.

1. Артикуляционная гимнастика по Емельянову.
2. По квинте сверху вниз: **«р-р-р…».**
3. Сверху вниз: **«р-ра-р-ра-р-ра-р-ра-р-ра»** - освобождение нижней челюсти, настрой дыхания, артикуляция, опора.
4. Закрытый звук **«м»** и носовой на одном звуке.
5. Пение на одном звуке стаккато: «**и-у-э-о-а**» - посыл в мягкое нёбо и в голову.
6. На распев: «**ми-а - ми-а-ми**» - сверху вниз. Для разогрева голосового аппарата.
7. Кварта; квинта: «**Ра**» - спотыкание на согласных, пропевание гласной. «**Ра-а - ро-о-ра**» - сверху вниз по терциям. Звуки должны литься на одной ниточке, и чтобы согласные не мешали, а служили опорой.
8. Для выработки подвижности диафрагмы:«вдох – удержание - сброс».«**да - а**», «**до - о**» - провести на одной линии по квинте.Или: «**Ра – сброс – вдох – а – а – а – сброс – вдох – а – а – а** ».
9. Для подвижности и приближении звука: «**мма – мми – ммо – мми - мма» -** петь без спотыкания легато 2 раза по кругу, при этом удерживать опору; близкое, светлое пение без крика.
10. Дикция и артикуляция. 1. Скороговорки. 2. «**уау – уэу - уиу**» по 3 и по 5.
11. Квинта нисходящая, октава нисходящая **«ми – а…».**
12. Упражнение на стаккато для атаки звука по трезвучию вниз : «**я – а – а – я – а –а -а**».
13. Развёрнутое трезвучие легато: «**Ма – а – а – ри – и – и – я; октава: ма – ри - я**».
14. Пение 2-х; 3-х голосных попевок; гамма; канон.

**Все упражнения брать исходя из тех целей, которые мы хотим достигнуть.**