**ОСНОВОПОЛАГАЮЩИЕ ПРИНЦИПЫ ФОНОПЕДИЧЕСКОЙ СИСТЕМЫ В. В. ЕМЕЛЬЯНОВА**

Фонопедическая система, автором которой является В. В. Емельянов, ведет отсчет с 1986 г. Пожалуй, ни одна из методик работы с голосом не вызывала столько спорных мнений. До сегодняшнего дня сохраняется определенная конфронтация ее восторженных почитателей и противников. Однако, несмотря на это, она продолжает жить, находя своих последователей среди музыкантов и педагогов. Это говорит о том, что система В. В. Емельянова содержит в себе объективно позитивные позиции, дающие ее жизненность и эффективность.

Рассматриваемая система называется фонопедической, поскольку родилась в условиях логопедической практики, связанной с обучением управлением голосом, воспитанием навыков правильного голосоведения, постепенной активизации мышечного аппарта гортани при минимальной нагрузке. Значение термина «фонопедия» В. В. Емельянов определяет как «комплекс педагогических воздействий, направленных на постепенную активизацию и координацию нервно-мышечного аппарата гортани с помощью специальных упражнений, коррекцию дыхания, а так же коррекцию самой личности обучающегося». В основе системы лежит координационно-тренировочный метод, основанный на технологическом, отстраненном от музыкально-исполнительских задач, подходе. Он основан на объективно существующих факторах голосообразования: биологической целесообразности, энергетической экономичности, акустической эффективности, обеспечиваемые саморегуляцией, самонастройкой, самообучением человека на базе его мозговой активности.

Ориентир данной системы на вокально-хоровую музыкально-исполнительскую практику сформировался постепенно, в процессе прохождения восстановительного обучения хормейстеров и учителей музыки и переноса ее методов на процесс учебной певческой деятельности детей и юношества. В конечном итоге система взглядов, методов работы по постановке голоса была изложена В. В. Емельяновым в ряде работ, и в том числе, в книге «Развитие голоса. Координация и тренаж», которая адресована самому широкому кругу читателей. Здесь В. В. Емельянов сформулировал основные принципы фонопедического метода развития голоса :

1. Принцип «генетически исходного»: Биоакустическим фундаментом любых проявлений голосовой активности являются механизмы голосообразования, возникшие в древний период эволюции человека: голосовые сигналы доречевой коммуникации (ГСДК). Через них выражаются сильные эмоциональные состояния (радость-смех, боль-стон, гнев-крик, обида-плач, горе-рыдание и т. д.). В них каждый звук (кашель, чихание, выдувание, плачь, шип, рычание, гудение, крик, смех, вой, писк и т. п.) несет свою энергию и имеет физическую (телесную) природу. Е. А. Котеленко пишет: «Обращаясь к языку ГСДК, мы обращаемся к биологическому началу в человеке, к его природным системам самосохранения и выживания, что является важной составляющей психического здоровья человека». Данный исследователь пишет: «для каких-то звуков достаточно минимум усилий, они происходят как бы сами собой, для других – необходимо владение многими телесными навыками (например, удерживание нижней челюсти), а также необходимы возрастные физиологические изменения. Важным является то, что каждый звук несет свою энергию и имеет физическую (телесную) природу».

Нижеприведенные упражнения, демонстрирующие рассматриваемый принцип, используются многими популярными отечественными певцами:

*Упр. 1.* Ощутить на ладонях выдох из открытого рта так, как это делают на морозе, стараясь согреть дыханием руки. Выдох должен быть бесшумным, недостаточно интенсивным и равномерным.

*Упр. 2.* Перевести бесшумный равномерный выдох в шипение горлом, не прерывая потока дыхания, осознавая при этом механизм торможения выдоха сближением голосовых складок.

*Упр. 3.* Исходное положение: максимально открытый круговым движением (вперед-вниз) рот, оттопыренные губы, форма рта – прямоугольник, поставленный на меньшую сторону.

Четыре коротких шипящих звука в форме гласного «А» (Произнесение гласного «А» шепотом) без движений артикуляционной мускулатуры в паузах и с бесшумным вдохом.

Одновременно с произнесением «А» шепотом резкие соударения большого и среднего пальцев правой руки.

*Упр. 4.* «От шепота до крика». Сказать «раз, два» шепотом, «три, четыре» тихим голосом, «пять, шесть» средним голосом, «семь, восемь» громко, «девять!» очень громко, «десять!!!» – крикнуть.

*Упр. 5.* «Крик-вой!». Исходное положение – максимально открытый рот. После бесшумного вдоха надо перевести крик «А» восходящей интонацией через регистровый порог в фальцетный регистр на гласную «У» с широко открытым ртом (почти «О»). Звук на «У» должен иметь характер громкого воя.

*Упр. 6.* «Крик-вой-визг (или свист гортани)». Упражнение имеет целью осознание экстремальных энергетических затрат на верхнем участке диапазона фальцетного регистра (или с переходом на свистковый регистр). При переходе с «воя на визг» возможно срабатывание еще одного регистрового порога, переводящего гортань из фальцетного в свистковый регистр.

2. Второй принцип направлен на формирование сложного певческого двигательного навыка на операционном уровне. Навык складывается из элементарных двигательных операций, каждая из которых абсолютно доступна любому человеку. Если навыка от природы нет, т. е. нет певческого голоса, то певческий навык в его «черновом», технологическом, виде может быть постепенно сформирован путем синтеза элементарных операций.

Обучение, реализующее этот принцип, направлено на развитие целесообразного использования режимов работы гортани (регистров), активного голосообразующего выдоха, осуществляемого преимущественно внутренней дыхательной мускулатурой (трахея, бронхи, легкие), певческого вибрато и управления его частотой и амплитудой (размахом по высоте и скоростью пульсации), особой формы рта, глотки, положения языка, принятых в академическом пении, особой артикуляции гласных и произношения согласных. Все это так называемые показатели певческого голосообразования.

3. Принцип саморегуляции голосообразующей системы: создание оптимальных условий функционирования природной автоматики через точные действия управляемой части голосового аппарата, использование некоторых явлений голосообразования в качестве пусковых механизмов певческой саморегуляции.

Основой физиологически правильного певческого дыхания, единого для всех певцов, является саморегуляция дыхательного аппарата в пении. В 1932 году вышла книга «Основы физиологии и патологии голоса певцов» врача-фониатра Л. Д. Работнова, в которой утверждается, что огромную роль в физиологии дыхательного акта играют бронхиальные мышцы, являющиеся самой существенной силой, регулирующей внутрибронхиальное давление. Сила, высота, динамические оттенки звука – дело гортани и связок, которые могут выполнять эту работу с максимальной точностью лишь в том случае, если будет предоставлена самостоятельность в установлении подсвязочного давления, основанного на правильном дыхании.

Для того чтобы соблюдался рассматриваемый принцип, необходима выработка певческой установки, то есть правильного положения корпуса, головы, правильного открывания рта во время пения. Главное правило певческой установки: при пении нельзя ни сидеть, ни стоять расслабленно; необходимо сохранять ощущение постоянной внутренней и внешней подтянутости. Для сохранения необходимых качеств певческого звука и выработки внешнего поведения певца следует:

– голову держать прямо, свободно, не опуская вниз и не запрокидывая;

– стоять твердо на обеих ногах, равномерно распределив тяжесть тела;

– сидеть на краешке стула, также опираясь на ноги;

– корпус держать прямо, без напряжения;

– руки (если не нужно держать ноты) должны свободно лежат на коленях.

Благодаря этому присутствует активность дыхания, звук берется на опоре, тембр становится более ярким, а интонация – устойчивой.

Для развития навыков правильного певческого дыхания полезно провести упражнения для работы диафрагмы во время вдоха и выдоха. Важно научить ребенка выполнять задержание воздуха в проговаривании скороговорок, выполняя вдох через нос, а выдох через рот, ощущая как работает диафрагма. В комплекс дыхательной гимнастики входят: *упр. «Насос»* (поставить руки замком на область диафрагмы, выполнить вдох носом, ощутить растягивание диафрагмы, выдохнуть: медленно – «большой насос»; резко коротко – «маленький насос», ощутить сжатие диафрагмы); *упр. «Нюхаем цветок»* (вдох носом, задержать дыхание и медленно выдыхать); *упр. «Греем руки»* (подставить ладони к лицу, выполнить глубокий вдох носом, широко открыть рот и выдыхать медленно на ладони теплым воздухом); *упр. «Ремешок»* (поставить руки на пояс, выполнить вдох носом, ощутить растягивание диафрагмы, выдохнуть, ощутить сжатие диафрагмы); у*пр. «Мячики» (в*ыполнить вдох носом, ощутить растягивание диафрагмы, выдыхать ритмично, регулируя взглядом работу мышцы до 8 раз за выдох); у*пр. «Змея»* (вдох носом, челюсти сжать, издавать шипение на долгом выдохе); у*пр. «Свечи»* (вдох носом, широко открыть рот, сделать 4 резких выдоха на звуке «Х», как будто тушим свечи).

4. Принцип элементарных операций: формирование сложного двигательного навыка певческого голосообразования из последовательности и совокупности простейших, далее неразделимых на сознательном уровне, операций.

       5. Принцип повторяемости: многократное повторение одинаковых операций, вызывающее оптимизацию деятельности всей системы в направлении биологической целесообразности и энергетической экономичности. Данный принцип обусловливает выявление и закрепление стандартных вокально-певческих действий, их автоматизацию и проявляется в гармонии между морфологией, физиологией, поведением поющего человека, который может петь часто, долго и без вреда для себя.

Реализации названного принципа способствует массаж. Он разогревает мышцы для пения. Для развития голоса все приемы строятся в следующей последовательности: атака гласных звуков (А?О?У?Э?Ы?И), согласных (шипящие, сонорные, глухие); пение в разных регистрах (фальцетный, грудной-шумовой, свистковый); преодоление межрегистрового порога (ведение звука вниз-вверх). Пение простых мотивов и песенок со словами и без слов развивает голос в физиологическом и эстетическом отношении.

6. Принцип наблюдаемости – визуальной и осязательной. Он актуален при артикуляционной гимнастике, где работают язык, губы, мышцы лица, применяется массаж лица. Исполнение упражнений, связанных с работой губ и открыванием рта, контролируется с помощью зеркала. «Все мышечные системы нашего организма в самом общем плане делятся на явно представленные в сознании и представленные косвенно. Явно представленные системы можно наблюдать визуально и через пространственное костно-мышечное чувство. Это не значит, что наш мозг не может быть обманут и этими системами тоже. Хорошо известны обманы зрения, иллюзии восприятия. Но все же, если человек достаточно тренирован, то он может точно определять положение тела в пространстве и достаточно совершенно им управлять. Достаточно часто глядящийся в зеркало актер, причем, глядящийся целеустремленно, например, при гримировании или при занятиях артикуляцией, в речи или пении, никогда не «перепутает мимику», т. е. лицо его адекватно будет отражать действительные или имитируемые переживания. Всю подобную мускулатуру будем условно и неточно называть произвольной. Для нас особенно важны мышцы лица (все!), передняя часть языка, мышцы грудной клетки, брюшной стенки, боков и спины».

На основе осязательной наблюдаемости формируется восприятие принципиально новых ощущений, которые, как правило, не имеют аналогов в повседневной жизни, своеобразны и трудно описываются обыденной речью. Их называют «вокально-телесными ощущениями». Они исполняют роль сигналов обратной связи и могут быть осознаны, отслежены и применены для коррекции певческого голосообразования и управления им. Вокально-телесные ощущения связаны с певческим выдохом (барорецепция) и с вибрацией в области грудины и лицевых костей (виброрецепция). Все вокально-телесные ощущения причинно-следственно связаны с защитными механизмами голосообразования и могут быть разделены на две группы: акустические, т. е. связанные с восприятием звука голоса, и неакустические. Вокально-телесные неакустические ощущения подразделяются на ощущения повышенного давления в трахее – барорецепция, прямые или косвенные ощущения работающих мышц, вообще ощущения тела – проприорецепция и ощущения вибрации – виброрецепция.

7. Принцип самоимитации: повторение не чужого звука, воспринимаемого только слухом, а своего, со всем комплексом вокально-телесных ощущений. Он способствует автоматизации усваиваемых певческих навыков.

8. Принцип эстетического негативизма: пение нарочито некрасивым голосом с целью переноса внимания с контроля тембра на контроль вибро-, баро-, проприорецепции и фонетики.

Сам В. В. Емельянов признает свою систему подготовительной, вспомогательной и фонопедической по отношению к вокальной педагогике как целостному процессу воспитания певца-музыканта и адресована, прежде всего, тем, чьи голосовые данные не позволяют успешно обучаться традиционными методами. Ее преемственность с вокальной методикой и заключается в охарактеризованных принципах, которые оценены по всему миру.