

Мышечная динамика. Динамика звука

Одной из специфических особенностей постановки эстрадного вокала является умение петь и интенсивно двигаться одновременно. Работа педагога-эстрадника здесь должна проводиться по двум направлениям: максимальное развитие дыхательного аппарата и выработка общей физической выносливости. Во время занятий, прививая ученику навыки вокального дыхания, артикуляции, необходимо объяснить, что при любой нагрузке, физической или эмоциональной, он не должен задыхаться. Для этого следует внести некоторые коррективы и дополнения в уже освоенные учеником комплексы упражнений - выполнять во время ходьбы, бега на месте; воспроизводя движения, имитирующие такие виды работ, которые помогают правильному регулированию дыхания, правильному его использованию: косяба, работа с рубанком, подметание метлой и т.п.

Устранение мышечных зажимов. Формирование и развитие певческого дыхания, резонаторных ощущений правильной вокальной позиции. В какой же последовательности развивать нужные вокальные ощущения, как развивать певческий аппарат и органы, участвующие в певческом процессе, что мешает голосу быть свободным и полётным, и как этого добиться? Прежде всего нужно устранить мышечные и психологические зажимы. Надо научить поющего умению слушать и слышать себя, т.е. обратиться внутрь себя и уметь проследить все ощущения во время фонации, научиться их контролировать. В практику необходимо включить беззвучно исполняемые упражнения на определение мышц, участвующих в фонации, и для нахождения нужных ощущений. Напряжения и зажимы могут присутствовать в любом месте певческого аппарата. Подробнее о системе и упражнениях можно ознакомиться в книгах:

Гонтаренко Н.Б. «Сольное пение: секреты вокального мастерства»,
Кристин Линклэйтер «Освобождение голоса»,
Ермолаев О.Ю. «Дыхание на каждый день или Учимся дышать правильно» и др.

Развитие кантилены, верхней части диапазона, расширение диапазона, выравнивание голоса, смешивание регистров, переходные ноты, развитие чувства певческой опоры.

Формирование и развитие проточного выдоха. Дыхание-это основа вокального искусства. Искусство пения- говорили старые мастера - это искусство вдоха и выдоха. Певческое дыхание отличается от обычного тем, что служит для звукообразования. Здесь нужно помнить о том, что состояние вдоха и выдоха живут одновременно. Выдох осуществляется с ощущением пения «на себя», а не из себя, то есть на выдохе певец должен стремиться сохранить состояние вдоха. Правильному дыханию соответствует ощущение свободы, свободного прохода дыхания к резонатору. Когда дыхание нажато, звук становится жёстким и теряет резонанс. Живот

должен идти несколько вперёд, а не втягиваться, нужно удерживать его и подать вперёд.

-Вдох «на раз» через нос, выдох- пропеть любой звук как можно дольше (напр. «вью»).

-Пропеть низкий, средний, высокий звуки. Вдох «на раз-два», выдох как можно дольше, с динамикой.

Вокальные упражнения для развития техники legato.

Первоначально вокальные упражнения должны строиться на примарных тонах (певчески наиболее удобные звуки в центре диапазона певца).

Немаловажен и подбор гласного звука для формирования певческого тона.

Кто-то начинает с «А»: А-Э-И-О-У.

Другие начинают с «О»: О-Э-И-О-У.

Иногда наиболее эффективным является следующий ряд гласных, так как гласный «И» открывает головной резонатор:

И-У-Э-О-А;

И-Е-У-О-А.

Полезно пройти упражнение по нисходящим терциям вверх и вниз в объёме диапазона учащегося: А-у, Э-о, А-ы, У-э, Ы-о, У-а.

Чтобы не петь в нос, нужно положить указательный палец под нос, чуть приподнимая кончик носа, или сделать раструб трубы (руки от носа ко лбу), иногда бывает достаточно расслабить корень языка и использовать приём «купол» или «зевок».

Для развития техники legato необходима работа над вокализми (подбираются или сочиняются индивидуально по характеру и звуковысотному диапазону).

В начале работы над произведением очень полезно пропеть его без слов, как вокализ, используя удобную гласную или гласную с согласной (сонорной, звонкой или глухой- подбирается индивидуально).

Осознание и формирование певческого тона. Выявить певческий тон можно, подражая стону с закрытым ртом больного или спящего человека. Направив таким образом звук в «маску», нужно открыть рот и продолжать стонать или мычать. При этом прежний стон превращается в звук, свободно выходящий наружу.

Характеристика певческого тона, его качества:

-Сочность, звучность, «полётность», объём, плотность, сила.

-Наличие тембровой устойчивости, окрашенной обертонами.

-Лёгкость, светлость. В поиск певческого тона закладываются природные факторы личности и духовное начало.

Певческий тон органично вплетается в исполнительский процесс и творческие задачи. Понятие певческого тона складывается из качества звука, который рождается при зевке или в полузевке с низким положением гортани и при эластичной работе зоны мягкого нёба, с открытым звуковым каналом.

Примарные звуки диапазона.

Начинать развивать голос нужно постепенно с примарных звуков, обычно они находятся в середине диапазона певца (их также можно найти по певческому тону), постепенно расширяя вверх и вниз. Такой метод расширения диапазона определяют как метод концентрического развития голоса. Его основоположником был М.И.Глинка.

В настоящее время создано множество методик обучения эстраднему вокалу: методика Сэт Риггса, Сам Веста, В.В.Емельянова, Кристин Линклэйлер, Элизабет и Остина Ховардов и др. (По школе американского педагога-вокалиста Сет Риггса):

Петь только «своим голосом», то есть сохранять естественную окраску.

Для этого надо вслушаться в свой голос и петь в зоне примарных звуков, поначалу спокойно, в умеренной динамике, избегая крайних звуков диапазона голоса. При этом гортань должна остаться в относительно стабильном или речевом положении. Научитесь извлекать и поддерживать звук в такой удобной речевой позиции во время пения. Но будьте осторожны: речевое пение не означает «пойте, как говорите» (имеется ввиду артикуляция, которая во время пения должна быть чёткой и внятной).

Петь нужно в высокой певческой позиции, которая обеспечивает чистоту интонации, остроту мелодического интонирования. Полётность и яркость, звонкость звучания. Достигается это посредством сокращения мышц верхнего мягкого нёба, в результате зевка. Без зевка голос будет звучать плоско.

Упражнения на выравнивание гласных. Певческая гласная основана на активной работе мышц дыхания и голосовых связок.

Гласные бывают : твёрдые Ы, Э, А, О, У

мягкие И, Е, Я, Ё, Ю

йотированные Е, Я, Ё, Ю

Гласные звуки составляют мелодическую основу речи, потому как составляют высоту, интенсивность (силу) и протяжённость звука. Каждый звук характеризуется своим укладом языка, определённой степенью раскрытия рта и раствора губ. Все гласные формируются в зеве. В пении

необходимо зафиксировать и сохранить положение гласной до конца её звучания.

Каждый гласный звук имеет 2-3 позиции рта, по мере повышения или понижения его.

Фальцетные и головные звуки лучше распевать на гласных У-Е-И, грудные звуки распевать на гласных А-Э.

Пропевание вокальных упражнений повышает вокальную технику. Цели упражнений: развивать голос, расширять его диапазон, укреплять дыхание, настраивать позиционно высоко, вырабатывать кантилену, ровность голоса, его подвижность, гибкость, чистоту интонации, развивать гармонический слух, чёткость дикции, единую манеру звукообразования, импровиз, мелизмы и т.д.

Сущность опоры звука.

Сущность опоры звука - сложное физиологическое явление, в основе которого лежит антагонизм между выдыхательными и вдыхательными мышцами.

«Опора»- это прежде всего ощущение диафрагмы, так же как у артистов балета - ощущение спины. Петь на дыхании с опорой на диафрагму- это развивать ощущение взаимосвязи дыхания (область брюшного пресса) и звуковой волны: при напряжении на диафрагму усиливается звук, и наоборот. Если певческий звук на опоре, он будет слышен в любом помещении. Овладение опорой целиком связано с профессиональной работой над дыханием.

Существует множество упражнений на ощущение опоры, вот некоторые из них:

- Почувствовать по звуку С-С-С-С копчик.

- Приседэра, маэстро Барра изобрели упражнение с приседанием на опорный звук (самый устойчивый, сильный в музыкальной фразе), и назвали его «приседэра».

Определённую фразу пропеть на акценты, постепенно меняя их с третьего звука, чтобы подключилась спина, с приседанием или наклонами на опорные звуки вперёд.

Выравнивание голоса на большом диапазоне через резонаторные ощущения, высокая вокальная позиция.

Звук резонирует в полостях певческого аппарата. Это придаёт ему силу и формирует тембр. Хотя голосовые связки с каждой пропеваемой нотой постоянно приспосабливаются к высоте звука и динамике (уровню громкости), мы упрощённо рассматриваем этот процесс с точки зрения физических ощущений, которые испытывает при этом певец. Ощущения не имеют отношения к колебаниям связок- они являются результатом

резонансов. Возникнув на связках, звук проходит определённые трансформации. Связанные друг с другом полости, которые лежат кверху от гортани (включая и состояние стенок), усиливают волны одних частот и подавляют волны других частот. Этот процесс называется резонансом.

Грудной резонатор отвечает за нижнюю часть диапазона – это вибрации верхнеключичного отдела, нижнерёберного, спины, грудной клетки, трахеи и крупных бронх (при этом рождаются низкие обертоны голоса). Головной резонатор отвечает за верхнюю часть диапазона – это вибрации в голове (область «маски», зубов и темени), в черепе вплоть до затылка. Именно ощущение «головы» придаёт пению высокую позицию, полётность.

Головное резонирование обеспечивает яркость голоса, его неутомимость и долговечность.

Итальянский педагог Барра говорил: «Механизм правильного голосообразования строится на максимальном использовании резонирования. Не усилие гортани, не нажим на неё со стороны дыхания, не «кряканье», а мягкая, эластичная подача дыхания должна принести резонирующий звук».

Часть диапазона, в котором смешиваются свойства как грудного, так и головного резонаторов, называется средним (смешанным) резонатором или средним голосом.

Резонанс полости рта – центральный (звук посылается в направлении рта, пение не усиленным голосом).

Максимальное умение «прощупывать» резонаторы помогает выравнивать и сглаживать регистры.

Наиболее резонирующими гласными считаются –И, Е, У.

Регистровая ломка проявляется на гласных – А, О.

Сонорные согласные используются для правильного достижения посыла звука в головные резонаторы – Л, М, Н, Р.

В работе над близким звучанием помогают губная согласная Б, и языковая Д.

Для настройки верхних резонаторов помогают НЭ, МЭ, РЭ. «Несвязанный» фальцет, как и «связанный» головной голос позволяет ощутить свободу пения в высоком регистре диапазона. При расслабленной и стабильной гортани резонатор тоже остаётся стабильным, что позволяет голосу соблюдать соответствующий баланс верхних, средних и нижних гармонических составляющих, вне зависимости от диапазона в котором вы поёте.

Переходные участки диапазона и их прохождение. Задача преподавателя по вокалу – научить ученика петь во всём своём диапазоне – от самых нижних нот грудного голоса до верхних нот головного голоса – в слитной, «связанной» манере.

Забираясь всё выше и выше по диапазону голос неожиданно теряет свои качества, или даже срывается. Такие участки диапазона называются «переходными». Первый переходный участок является наиболее критичным, его можно определить по тому, как внешние мышцы начинают вмешиваться в работу связок, это нарушает весь процесс пения.

Переходные участки:

Сопрано (девочки): си b, си, до(2октавы); 2октава- ми, фа, фа#.

Альты (девочки): до, до#, ре; ми, фа, фа#; 2октава- до, до#, ре.

Дисканты: 2октава – до, до#, ре; ми, фа, фа#.

При переходе от регистра к регистру срабатывает межрегистровый пороговый эффект. Существует механизм автоматического перевода гортани из одного режима работы в другой. Механизм этот работает скачкообразно по пороговому принципу. Именно эта особенность функций гортани сделала возможным существование промежуточных режимов работы гортани.

Искусство пения состоит в том, чтобы максимально приблизить характер смыкания грудного режима, к характеру смыкания фальцетного, незаметно для слушателя.

Для прохождения переходных участков диапазона целесообразно использовать упражнения на развёрнутые, ломаные арпеджио, петь широкие интервалы в нисходящем движении (с фальцета на грудной регистр через регистровый порог) техникой глissандо, глissандо с остановками.

Упражнения подбираются индивидуально.
Развитие диапазона.

Работа по развитию диапазона начинается с открытия и выравнивания примарных звуков, с укрепления звуков низкого регистра – фундамента голоса, дающего возможность открыть высокие регистры. Здесь же мы добиваемся выравнивания регистров через резонаторные ощущения.

Чтобы освободить голос в максимально широком диапазоне, все упражнения должны опираться на чёткое представление резонаторной лестницы.

Представьте, что ваше тело – это дом:

«подвал» расположен под грудной клеткой;

1-й этаж – полость рта;

2-й этаж – полость между ртом и глазами;

3-й этаж – от бровей до линии волос;

«чердак»- верхняя часть черепа.

Используя для выявления голоса длинное «хэ-э-эй», начните движение «лифта» из «подвального помещения» к «чердаку», навещая по дороге все этажи-резонаторы.

Движению голоса ничто не должно помогать: ни язык, ни губы, ни подбородок. После того, как лифт поднялся на самый высокий верх, позвольте дыханию переместиться и совершить движение лифта вниз. Повторите это упражнение несколько раз. Мышцы гортани не участвуют в «подталкивании» звука, а полость рта свободна.

Для расширения диапазона используются гаммаобразные упражнения на лёгком и эластичном дыхании, а также упражнения, построенные на широких арпеджио. При высокой позиции звука ощутите «внутреннюю улыбку», широко раздвигая горизонтально место «холодка» глубоко в глотке. (Раздел взят из книги Н.Б.Гонтаренко. Сольное пение: «Секреты вокального мастерства»)

Работа над фразировкой, ритмом, различными видами атак звука. Зависимость фразировки от посылы дыхания. Характер вдоха, его длительность и объём диктуются музыкальной фразой и выразительными задачами. Перебор воздуха мешает, и поэтому мера вдоха определяется до ощущения полноты. Наполненность необходимо соразмерить с распределением дыхания на музыкальную фразу. В быстрых и подвижных темпах дыхание берётся ртом или комплексно (ртом и носом одновременно). Носовое дыхание нормализует работу не только органов дыхания, но и голосового и артикуляционного аппарата.

Логика вокальной речи и организация дыхания. Пение называют вокальной речью. К выработанному ранее на упражнениях и вокализах чувству фразировки и ритма добавляется большая работа над текстом. Необходимо ознакомить учащегося с орфоэпическими правилами и нормами языка, на котором исполняется произведение. Нужно научить учащихся анализировать художественный текст, выявить его тему, сюжет, идею, конфликтные стороны, сквозное действие, кульминацию. В процессе работы над текстом нужно обязательно сделать его логический анализ: деление текста на части и определение эмоциональных ударений внутри частей.

«Логическое ударение - это опора мысли, «указательный палец», отмечающий самое главное слово, в котором скрыта внутренняя сущность фразы. Надо всегда помнить, что злоупотребление ударениями делает фразу тяжёлой и труднее воспринимаемой». (Е.Саричева. «Сценическая речь») Средством выразительности в вокальной речи является не только интонация, но и паузы. Основным же условием правильного членения фраз (и организацией дыхания) является понимание смысла данной фразы в связи с текстом в целом. Отсюда возникают логические паузы, группирующие слова в предложения по смыслу.