

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОД КРАСНОДАР
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД КРАСНОДАР
«ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА «СОДРУЖЕСТВО»

**Методическая разработка занятий к разделу
«СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ВОКАЛЬНЫХ ДАННЫХ (ДИКЦИИ,
ДЫХАНИЯ), КАК СПОСОБ РАЗВИТИЯ ТВОРЧЕСКОЙ ЛИЧНОСТИ»
ПРОГРАММЫ «ТЕАТРАЛЬНАЯ ШКОЛА-СТУДИЯ «ГЕЛИОС»**

Составитель – педагог дополнительного образования
Васильева Мария Николаевна

Краснодар, 2022

Пояснительная записка

В данной методической разработке представлены упражнения для развития дикции, дыхания и артикуляции в вокальном искусстве. Методическая разработка направлена на развитие мышц дыхания, плавность ведения голоса, работа с низким и высоким тембром речи, контроль зажимов и расслабления голосовых связок.

Пособие рекомендовано педагогам дополнительного образования, преподавателям вокала и дирижирования, родителям обучающихся среднего и старшего звена.

Содержание

1. Актуальность методической разработки
2. Голос как средство индивидуального самовыражения личности
3. Упражнения для развития тембра голоса
4. Упражнения для постановки дыхания
5. Упражнения для развития дикции
6. Упражнения для снятия мышечных зажимов
7. Занятия
8. Заключение
9. Список литературы

Актуальность методической разработки.

В наше время быть творческой личностью – значит уметь во всем придумывать оригинальные идеи, уметь быстро перестраиваться под меняющуюся реальность, находить новые пути решения. Соответственно, растет потребность в новых сферах реализации творческого потенциала – умение не только красиво говорить, но и сыграть на инструменте, спеть на публику, чтобы произвести особое впечатление. Не все знают, с чего начинать и как правильно учиться самостоятельно.

Популярность вокального творчества охватывает большую часть жизни людей: растет количество новых песен, рост студий звукозаписи, а это значит, что в пении сейчас нуждается все большее количество людей, готовых проявить себя и записать свои собственные песни. В театре, особенно в сценических постановках присутствуют отрывки из песен, которые являются частью спектакля. Поэтому для начинающего актера наличие музыкального слуха, четкой дикции, артикуляции, работа с дыханием – а именно оно и является опорой в вокале, помогает правильно работать с голосом, освоить элементарные техники и приемы развития певческого голоса.

Цель: развитие основ певческой дикции, дыхания и артикуляции, способствующих повышению уровня вокального исполнительства.

Задачи:

Образовательные:

1. познакомить с дыхательными упражнениями в вокальном исполнении;
2. отработать упражнения по снятию мышечных зажимов в голосе;
3. совершенствовать дикцию и артикуляцию.

Развивающие:

1. развивать чувство ритма;
2. умение управлять певческим дыханием;
3. развивать интонационные певческие навыки.

Воспитательные:

1. формирование коммуникативных умений;
2. поддерживать дисциплину;
3. повышение уровня культуры речи;
4. развитие художественно-творческих способностей, самостоятельности, инициативы в групповом взаимодействии.

Голос как средство индивидуального самовыражения личности

С древности люди выражали свои самые сокровенные переживания с помощью возгласов или песен. Долгое время это происходило стихийно или на праздники и было включено в традиции, обряды. Именно с помощью голоса люди могут выражать свои мысли, эмоции, отношение к миру. Также благодаря голосу можно показать свое настроение, состояние благодаря тембру и интонированию. Интонация дается людям от природы. Интонирует не только человек, но и все живые существа. Ребенок может подражать практически всем звукам и шумам (пищать, скрипеть, шуршать, жужжать, звенеть, выть, хрипеть, шипеть, кричать, рычать). Благодаря интонированию мы можем понять, какая эмоция преобладает у человека: положительная или отрицательная. Например, можно проговорить в высокой интонации (более светлым звуком), таким образом показать, что эмоция более положительная или проговорить на более низком звуке, тем самым выразить гнев, обиду или страх. Когда человек говорит более тихо, он может проявлять особую неуверенность в чем-либо, а может и для того, чтобы публика смогла его услышать. На усиление всех состояний влияет и тембр голоса.

Тембр голоса – это особый окрас звука, индивидуальная характеристика человека, которая имеет свой природный оттенок в речи. Он может быть высокий, средний и низкий. Разделяют тембры голоса на три вида: мужской, женский и детский.

Классификация мужских тембров:

1. баритон (средний тембр);
2. бас (мужской низкий голос, подразделяется на центральный, певучий);
3. тенор (высокий певческий тон у мужчин, подразделяется на драматический, лирический).

Баритон (Дмитрий Хворостовский), бас (Федор Шаляпин), тенор (Пласидо Доминго).

Классификация женских тембров:

1. меццо-сопрано (средний тембр);
2. сопрано (высокий певческий тон – сопрано подразделяется на колоратурное, лирическое, драматическое);
3. контральто (певческий низкий женский голос).

Меццо – сопрано (Чечилия Бартоли), сопрано (Монсеррат Кабалье), контральто (Адель).

Детские тембры голоса:

1. альт (по высоте находится выше тенора);
2. дискант (по звучанию похож на сопрано, но характерен для мальчиков).

Певческие голоса бывают следующих типов:

1. мягкий;
2. мелодический;
3. приятный;
4. металлический;
5. глухой.

Сценические тональности (характерно только для певцов):

1. бархатные;
2. золотые;
3. медные;
4. серебряные.

Типы голосов в самой общей классификации:

1. холодный;
2. мягкий;
3. тяжелый;
4. слабый;
5. твердый;
6. жесткий.

Все эти характеристики певец может варьировать и применять их в тех вокальных произведениях, где ему нужно достаточно сильно проявить свои творческие способности, выразить песню более эмоционально и разнообразнее, акцентируя внимание на текст произведения. Обладая своим природным тембром голоса, исполнитель может привлечь к себе особое внимание зрителя, проявить свой характер, обозначить внутренний настрой и подчеркнуть личностные качества.

Упражнения для развития тембра голоса

Упражнения на развитие тембравырабатывают звонкость и силу голоса, снижают напряжения мышц шеи, гортани, зажатость челюсти. Они придают в вокале ровность, гибкость и выносливость голоса, т.е. способность выдерживать продолжительную голосовую нагрузку, не теряя качества звучания.

Упражнение 1. Звук «М». Кладем руку на грудь и максимально низко протягиваем звук «м» на одном дыхании. Повторяем 2-3 раза. То же самое проделываем и с верхним звуком. Важно, чтобы во время упражнения дыхание протягивалось максимально. При этом дыхание при вдохе не должно быть слишком глубоким. Важно соблюдать плавность.

Упражнение 2. Звуки «А,О,У,Ы,Э». Положить руку на грудь. Наклоняясь вперед, на выдохе произносить несколько гласных звуков, доводя продолжительность выдоха до 7—10 секунд. Это упражнение можно выполнять сидя и стоя.

Упражнение 3. Произносить на выдохе нареспев слова, которые насыщены гласными и согласными звуками, требующими широкого раскрытия рта.

«Я пою, хорошо пою», «МА-МЭ-МИ-МО-МУ», «ЛЯ» (максимально протягиваем звук).

Упражнение 4. Стоя или сидя, сделать короткий вдох через нос. Выдыхая, с закрытым ртом, без напряжения произносить с вопросительной интонацией «м» или «н», добиваясь при этом ощущения легкой вибрации в области носа, верхней губы, головного резонатора.

Упражнения для постановки дыхания

Основой для хорошего и качественного пения является певческое дыхание. Именно оно формирует хорошую дикцию, тренирует мышцы живота и помогает при пении почувствовать необходимую опору звука.

Упражнение 1. Упражнение выполняется сидя или стоя. Руки на талии (чувствуем нижнюю часть легких). Вдох-небольшой и носом, задерживаем и выдыхаем на одном дыхании со счетом, проговариваем 1,2,3,4,5,6,7...и так до конца, пока не закончится дыхание. Повторяем 2-3 раза.

Упражнение 2. Руки на талии (чувствуем нижнюю часть легких). Вдох-небольшой и носом, задерживаем и выдыхаем на одном дыхании, считаем про себя 1,2,3,4,5,6,7...на звук «тс». Тянем его, выдыхаем плавно.

Упражнение 3. Тренируем диафрагму. Упражнение выполняется сидя или стоя. Руки на талии (чувствуем нижнюю часть легких). Вдыхаем носом, выдыхаем коротко на звук «фу», пока не закончится дыхание.

Упражнение 4. Звук «А». Вдох носом – выдох ртом, плавно опускаем челюсть и медленно выдыхаем. Следим за тем, как живот «сдувается», будто воздушный шарик. Повторяем упражнение 3 раза, считаем про себя, на сколько секунд получилось выдохнуть.

Упражнение 5. «Задувание свечи». Это упражнение направлено на развитие диафрагмы. Вдох носом - руки на талии (чувствуем нижнюю часть легких). Выдох – быстрый, представляем, что задуваем свечу. Повторяем упражнение 3 раза.

Упражнения для развития дикция

Дикция – это четкое произношение речевых оборотов, фраз, сложных слов и предложений. Для того, чтобы дикция была хорошей и понятной, нужно укреплять ее через стихи, скороговорки, петь песни на гласные звуки. Для вокалиста дикция является очень значимым элементом в пении. Существует несколько упражнений для развития дикции:

Упражнение 1. Скороговорки:

Саша шустро сушит сушки,
Сушек высушил штук шесть,
И смешно спешат старушки,
Сушек Сашиных поесть.

Жили-были три китайца: Як, Як-цедрак, Як-цедрак-цедрак-цедрони.
Жили-были три китайки: Цыпа, Цыпа-дрыпа, Цыпа-дрыпа-дрыпампони.

Все они переженились: Як на Цыпе, Як-цедрак на Цыпе-дрыпе,
Як-цедрак-цедрак-цедрони на Цыпе-дрыпе-дрыпампони.

И у них родились дети. У Яка с Цыпой - Шах, у Яка-цедрака с Цыпой-дрыпой - Шах-шарах, у Яка-цедрака-цедрака-цедрони с Цыпой-дрыпой-дрыпампони - Шах-шарах-шарах-широни.

Расскажите про покупки!
Про какие про покупки?
Про покупки, про покупки,
Про покупочки свои.

Стараемся проговаривать сначала в медленном темпе, затем быстрее. Задача – на максимальной скорости проговорить скороговорку таким образом, чтобы она звучала четко, параллельно применяя максимально длинное дыхание.

Упражнение 2. Проговариваем текст песни один раз с открытым ртом. Потом – с закрытым.

Упражнение 3. Произнесение взрывных согласных. Они образуются при прорыве воздушной струей препятствий: затвора губ (п-б), прижатого кончика языка к верхним резцам (т-д), средней части языка, прижатого к твёрдому нёбу (к-г). Эти согласные имеют взрывную природу, что позволяет тренировать мышцы дыхательного аппарата. Сначала произносим шепотом глухие согласные, активно взрывая их:

п! пь! п! пь! п! пь!

т! ть! т! ть! т! ть!

к! кь! к! кь! к! кь!

После этого упражнения хорошо подключать звонкие согласные: бу!

бо! ба! бэ! би! бы! бя! бе! бё! бю!

ду! до! да! дэ! ди! ды! дя! де! дё! дю!

гу! го! га! гэ! ги! гы! гя! ге! гё! гю!

Проговариваем в умеренном темпе

Упражнение 4. Тренируем подвижность языка. Проговариваем сначала в медленном темпе ПРА - ПРЯ, ПРО - ПРЁ, ПРУ - ПРЮ, ПРЭ - ПРЕ, ПРЫ - ПРИ, желательно на одном дыхании, потом ускоряем движение звука, не сильно. Делаем это упражнение 2-3 раза.

Упражнение 5. Проговариваем звуки БРА-БРЕ-БРИ-БРО-БРУ, ЗА-ЗЕ-ЗИ-ЗО-ЗУ. Опускаем звуки вниз, проговариваем, затем тянем их вверх, говорим на высокой интонации. Повторяем упражнения 1-2 раза,

Упражнения для снятия мышечных зажимов

Мышечный зажим – это психологическое и физическое напряжение, которое возникает не только в процессе пения, но и в жизни, когда человек испытывает чувство страха, вины, гнева и обиды. В настоящее время приходится делать много задач и это занимает большую часть свободного времени, что добавляет напряженность на психоэмоциональном уровне. Важно вовремя справляться со стрессом и снимать это напряжение, особенно работая с голосом.

Упражнение 1. Вокальная маска.

Чувствование лобных мышц: поднимаем брови и опускаем вниз. Делаем это 2-3 раза. Выполняем упражнение максимально плавно, чтобы не повредить шею.

Широко открываем глаза и расслабляем. Выполняем упражнение 2-3 раза.

Вытягиваем губы вперёд и начинаем вибрировать ими, имитируя звук мотора. При этом необходимо стараться, чтобы вибрировали не только губы, но и уголки губ.

Покручиваем головой влево, вправо в медленном темпе и отпускаем при этом челюсть, язык вытягивается вперед. Необходимо немного задержаться в этом положении. Выполняется 10-12 секунд.

Упражнение 2. Берем небольшой вдох, проговариваем звук «Я», показываем язык и тянем его несколько секунд. Повторяем упражнение 3 раза.

Упражнение 3. Расслабляем гортань. Начинаем медленно зевать, громко, протяжно, постепенно расслабляя мышцы рта. Мысленно представляем, что уходит напряжение.

Упражнение 4. «Улыбка». Руки ставим на щеки, работаем мышцами. Улыбаемся, активно сводим и разводим мышцы. Повторяем упражнение 10 раз.

В данной методической разработке представлены не все возможные упражнения, но, даже выполняя только их, со временем вы улучшите навыки

Методы, используемые на занятии:

1. Словесные – рассказ, беседа
2. Наглядные методы обучения
3. Практические обучения
4. Метод игры
5. Частично-поисковый и проблемно-поисковый методы
6. Методы контроля и самоконтроля
7. Креативные методы обучения.
8. Методы поощрения и создания ситуации успеха.

План занятия:

- Организационный момент – 5 минут
- Теоретическая часть - 5 минут
- Практическая часть – 25 минут
- Подведение итогов урока- 5 минут

Занятие 1

Тема: «Дикция и артикуляция в исполнении упражнений и вокального произведения. Гимнастика для мышц шеи, губ, щек».

Год обучения: первый.

Возраст детей: 8-11 лет.

Цель занятия: формирование полноценных движений голосового аппарата, четкое произношение звуков.

Задачи:

Образовательная: познакомить обучающихся с элементами дикции, четкого произношения слов и работой с мышцами голосового аппарата.

Личностная: развитие физического аппарата обучающихся.

Метапредметная: формирование эмоционально-волевых качеств.

Вид занятия: учебно-практическое занятие.

Оборудование:

- стулья
- рисунки
- листы с текстом
- фортепиано

Применяемые технологии: здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные, личностно-ориентированного обучения.

Ход занятия:

I. Организационный этап.

Подготовка рабочего места, приветствие, разминка, техника безопасности, объявление темы, цели и задач урока. Ребята рассаживаются на стульях Педагог здоровается с обучающимися, получая от них ответ.

II. Подготовительный этап.

Начинается с разминок мышц шеи, губ, щек. Для того, чтобы звуки певческого аппарата звучали более ярко и расслаблено, гортань не зажималась, необходимо проводить такую разминку.

III. Практическая часть. Обучающиеся садятся на стульчики, занимают максимально удобное положение. Расслабляют мышцы спины, шеи, лица.

Педагог: сегодня на уроке мы будем работать над развитием артикуляционного аппарата, четко произносить слова при исполнении песни. Что такое дикция? Что это за слово? И что оно означает в мире музыки и в мире вокала (*обучающиеся слушают*).

Дикция – это чёткое, ясное, разборчивое произношение (пропевание) всех звуков текста. Зависит она от активности губ и языка, правильного дыхания и артикуляции в целом. Вы должны знать, что речь формируется за счет активности артикуляционного аппарата. К нему относятся губы, язык, челюсти, гортань с голосовыми связками, зубы (показ рисунков): строение голосового аппарата.

Артикуляция – это правильная работа мышц, которая позволяет сделать звучание голоса красивым. Для этого необходимо не зажимать нижнюю челюсть, а свободно ее опускать, язык должен быть мягким,

свободным, мягкое нёбо – «на зевке», гортань опущена (*преподаватель показывает*).

Ребята, Вы заметили как много существует в мире музыкальных инструментов? И каждый из них сделан руками человека. А чтобы они звучали чисто и красиво, за ними нужно ухаживать: настраивать, мыть, чистить, лелеять. Но самый удивительный инструмент, оказывается, находится внутри нас.

Сейчас я попрошу открыть рот вертикально, подержать в таком положении немного, несколько секунд, полностью расслабить челюсть, высунуть язык, затем закрыть рот, расслабиться (*Обучающиеся смотрят, слушают и выполняют*). Вопрос. Что же это за инструмент? (дети отвечают – «Человеческий голос»). Правильно! Это самый древний инструмент, возникший в результате появления самого человека. Голос – это не игрушка. А сколько труда, здоровья, психологического настроения нужно, чтобы он зазвучал! Прежде, чем мы запоём, нам нужно разогреть голосовые связки. Нам нужна зарядка! Нам нужна распевка! Нам нужна скороговорка! Чтобы включились в работу все органы, из которых состоит наш голосовой аппарат. А какие это органы? (*педагог показывает на рисунках и называет вместе с детьми*): ротовая полость (щёки, губы, зубы, язык, челюсти и нёбо, глотка, гортань, трахея, лёгкие). Правильно! Всё, что мы с вами перечислили это и есть артикуляционный аппарат. Наши песни состоят из слов, а слова из гласных и согласных звуков. Но эти звуки речи должны быть понятны при общении людей или пении всем окружающим. Для этого существует дикция – это чёткое, ясное, разборчивое произношение звуков. А из чего может состоять распевка вокалиста?

(*Дети отвечают*): «Из вокальных упражнений и скороговорок».

Правильно! И нам нужно подготовить свой музыкальный инструмент, точнее – настроить его. Распеваться на каждом занятии обязательно, так как голосовые связки крепнут, растут. Мы приобретаем навык правильного произношения слова в песне. Без хорошо выговоренных слов сложно воспринимать исполнителя любой песни, и поэтому эти упражнения для выполнения являются обязательными. Все скороговорки проговариваются ясно, чётко, не «сжевывая» ни одной буквы.

Сейчас дадим волю фантазии. Прочитаю Вам рассказ «Поездка на море». Представим что наш класс превращается в большой автобус. Время года – лето. Замечательная погода. Светит солнце. Мы все вместе едем на море, проезжаем горы, красивые живописные места. И по пути мы останавливаемся, чтобы насладиться красотой всей природы. Автобус останавливается (делаем упражнения с детьми на звук «PPP»). Выходим на красивое живописное место в горах, берем плавный вдох и на выдохе проговариваем: «Ах, как хорошо!».

Сколько цветов! Летают бабочки, стрекочут кузнечики. Вот пролетел жук. А теперь в низком регистре воспроизводим звук «ж-ж» и проговариваем: «мы жуки, мы жуки, мы живём у реки, мы летаем и жужжим наблюдаем свой

режим» (рука находится на груди, ощущение вибраций грудного резонирования).

Далее мы снова садимся в автобус (обучающиеся вместе с педагогом произносят звук «PPP») и едем к морю. Вот мы и приехали. Вокруг – красота, красивое синее небо. Делаем несколько глубоких вдохов, представляем как морской воздух проникает в наши легкие и выдыхаем на звук «AAA».

Вы молодцы ребята! Замечательно справились с поставленной задачей. Когда наш вокальный аппарат хорошо разогрет и готов к работе, давайте прочитаем скороговорки:

Ехал Грека через реку, видит Грека – в реке рак, сунул Грека руку в реку, рак за руку Греку ЦАП !

Раки сразу лезут в драки, грустно в реках жить без драк, раки злые, как собаки, рад при виде Греки рак.

Раки в реках мрут от скуки, грека, рак ведь не дурак, суй пореже в реку руки, враз прокусит руку рак!

Даже шею, даже уши ты испачкал в черной туши. Становись скорей под душ. Смой с ушей под душем тушь. Смой и с шеи тушь под душем. После душа вытрись суше. Шею суше, суше уши - и не пачкай больше уши.

Не жалела мама мыла. Мама Милу мылом мыла.

Мила мыла не любила, мыло Мила уронила.

(Ребята проговаривают скороговорки ровно настолько, насколько у них хватает воздуха одного выдоха. И так два раза).

Теперь расслабляемся. Выполняем упражнение «Шарик». Широко открываем рот, надуваем щеки с зажатым носом, затем медленно выдыхаем (педагог показывает, ребята повторяют). Медленно произносить звуки «К», «Г», «Т», «Д».

Приступим к работе с дикцией и артикуляцией в песне: «Зима». Музыка Э. Ханка, слова С. Острового

Беседа о настроении песни (радостная, весенняя, солнечная).

Отметить опорные слова в каждой строчке 1-го куплета и припева.

У **леса** на опушке

Жила Зима в избушке.

Она снежки солила

В березовой кадушке.

Она сучила пряжу,

Она ткала холсты,

Ковала ледяные

Да над реками мосты.

Припев:

Потолок ледяной,

Дверь скрипучая,

За шершавой стеной

Тьма колючая,

Как шагнешь за порог –

Всюду иней,

А из окон парок

Синий-синий.

В тексте песни выделяем опорные слова (сначала в строчках, потом в куплете и в песне), что позволяет прочувствовать смысл фразы, куплета, а после, при пении, использовать правильную интонацию, эмоционально окрасить текст.

А теперь ребята прочитаем 1 куплет «нараспев» - протягивать гласные и коротко произносить согласные:

У -ле-са-на- а(о)пуш-ке

Жи-ла Зи-ма -в- из-буш-ке.

А(о)на- снеж-ки- са(о)-ли-ла

В- бе-ре-за(о)ва(о)й- ка-душ-ке.

Особенности произношения в первом куплете: «**опуш-ке**»-«**апуш-ке**», «**она**»-«**ана**» - «**со-ли-ла**»-«**са-ли-ла**», «**бе-ре-зо-вой**»-«**бе-ре-за-вай**».

Мы с Вами отрабатываем правильное произношение текста. Исполнение 1 куплета и припева поём сначала в медленном темпе (следить за выполнением предыдущего задания), а затем в темпе песни, обращая внимание на смысловую нагрузку фраз.

Молодцы! Все справились с заданием. Подводим итоги. У кого что получилось, а у кого возникли определенные трудности? (*дети активно участвуют в обсуждении*).

IV. Итоговая часть.

Рефлексия деятельности:

- Что было сложно выполнить?
- Что понравилось?
- Что запомнилось больше всего?

В конце занятия обучающиеся и педагог прощаются друг с другом и благодарят за встречу аплодисментами.

Занятие 2.

Тема: Дикция и артикуляция. Выполнение вокальных упражнений. Развитие музыкального слуха и голоса.

Год обучения: первый.

Возраст детей: 8-11 лет.

Цель занятия: формирование полноценных движений голосового аппарата, четкое произношение звуков, работа со слухом.

Задачи:

Образовательная: познакомить обучающихся с дикционными оборотами при исполнении музыкального произведения, правильному произношению скороговорок.

Личностная: развитие физического аппарата обучающихся.

Метапредметная: формирование эмоционально-волевых качеств.

Вид занятия: учебно-практическое занятие.

Оборудование:

- стулья
- листы с текстом
- фортепиано

Применяемые технологии: здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные, развивающего обучения.

Ход занятия:

I. Организационный этап.

Подготовка рабочего места, приветствие, объявление темы, цели и задач урока. Ребята рассаживаются на стульях Педагог здоровается с обучающимися, получая от них ответ.

II. Подготовительный этап.

Для того, чтобы наш голосовой аппарат звучал четче и слова не съезжались при пропевании песни, необходимо сделать несколько разминок на дыхание и дикцию.

III. Практическая часть.

Вспоминаем, для того, что мы звучали, нам нужна опора. Что это? *(педагог спрашивает детей, они отвечают)* - Правильно дыхание! Для этого необходимо сесть ровно, расслабить шею, спину, плечи, руки и сделать несколько глубоких вдохов и выдохов. Вдох-выдох, считаем на 1,2,3,4,5,6,7...и так продолжаем, пока дыхание не закончится. Повторяем упражнение 2 раза. Как ощущение? Удалось прочувствовать опору? *(дети отвечают)*. Для большего понимания мы расположим наши ручки на пупок и снова возьмем несколько глубоких вдохов, держим руки на животике, в области пупка и выдыхаем на звук «Я». А теперь повторяем упражнение 3 раза. Во второй раз мы выдыхаем тихо, не торопясь. На третьем разе выдыхаем звук «Я» как в первый раз, только чуть быстрее. Удалось ли равномерно распределить дыхание? Или его не хватало? Или, наоборот, выталкивался воздух на последнем счете?

(Ребята дают обратную связь).

Следующее дыхательное упражнение, которое мы с Вами выполним, называется «Смешинка». Лучше всего наше дыхание функционирует во время смеха. и громко посмеяться. Предлагаю Вам прослушать смешной рассказ: «Если бы я был взрослым» и громко посмеяться. Руки у Вас сейчас располагаются на талии и Ваша задача максимально прочувствовать, как и где напрягаются мышцы брюшного пресса, нижней части спины, поясницы и живота.

Педагог читает текст: «Один раз я сидел, сидел и ни с того ни с сего вдруг такое надумал, что даже сам удивился. Я надумал, что вот как хорошо было бы, если бы все вокруг на свете было устроено наоборот. Ну вот, например, чтобы дети были во всех делах главные и взрослые должны были бы их во всем, во всем слушаться. В общем, чтобы взрослые были как дети, а дети как взрослые. Вот это было бы замечательно, очень было бы интересно. Во-первых, я представляю себе, как бы маме «понравилась» такая история, что я хожу и командую ею как хочу, да и папе небось тоже бы не понравилось, ну а о бабушке и говорить нечего, она бы наверное целые дни от меня ревела бы. Что и говорить, я бы показал им почем фунт лиха, я все бы им припомнил!

Например, вот мама сидела бы за обедом, а я бы ей сказал:

«Ты почему это завела моду без хлеба есть? Вот еще новости! Ты погляди на себя в зеркало, на кого ты похожа? Вылитый Кощей! Ешь сейчас же, тебе говорят! — И она бы стала есть, опустив голову, а я бы только подавал команду: — Быстрее! Не держи за щекой! Опять задумалась? Все решаешь мировые проблемы? Жуй как следует! И не раскачивайся на стуле!»

И тут вошел бы папа после работы, и не успел бы он даже раздеться, а я бы уже закричал:

«А, явился! Вечно тебя надо ждать! Мой руки сейчас же! Как следует, как следует мой, нечего грязь размазывать. После тебя на полотенце страшно смотреть. Щеткой три и не жалея мыла. Ну-ка, покажи ногти! Это ужас, а не ногти. Это просто когти какие-то! Где ножницы? Не дергайся! Ни с каким мясом я не режу, а стригу очень осторожно. Не хлюпай носом, ты не девчонка. Вот так. Иди к столу, садись».

Он бы сел и потихоньку сказал маме:

«Ну как поживаешь?»

А она бы сказала тоже тихонько:

«Ничего, спасибо!»

А я бы немедленно:

«Разговорчики за столом! Когда я ем, то глух и нем! Запомните это на всю жизнь. Золотое правило! Папа, положи сейчас же газету, наказание ты мое!»

И они сидели бы у меня как шелковые, а уж когда пришла бы бабушка, я бы прищурился, всплеснул бы руками и заголосил:

«Папа! Мама! Полнобуйтесь-ка на свою бабуленьку! Каков вид! Грудь распахнута, шапка на затылке! Щеки красные, вся шея мокрая! Хороша, нечего сказать. Признавайся, опять в хоккей гоняла! А это что за грязная

палка? Ты зачем ее в дом приволокла? Это клюшка! Убери ее сейчас же с моих глаз — на черный ход!»

Тут я бы прошелся по комнате и сказал бы им всем трем:

«После обеда все садитесь за уроки, а я в кино пойду!»

Конечно, они бы сейчас же заныли и захныкали:

«И мы с тобой! И мы тоже хотим в кино!»

А я бы им:

«Нечего, нечего! Вчера ходили на день рождения, в воскресенье я вас в цирк водил! Ишь! Понравилось развлекаться каждый день. Дома сидите! Натяните вам вот тридцать копеек на мороженое, и все!»

Тогда бы бабушка взмолилась:

«Возьми хоть меня-то! Ведь каждый ребенок может провести с собой одного взрослого бесплатно!»

Но я бы увильнул, я сказал бы:

«А на эту картину людям после семидесяти лет вход воспрещается. Сиди дома!»

И я бы прошелся мимо них, нарочно громко постукивая каблуками, как будто я не замечаю, что у них у всех глаза уже мокрые, и я бы стал одеваться, и долго вертелся бы перед зеркалом, и напевал бы, и они от этого еще хуже бы мучились, а я бы приоткрыл дверь на лестницу и сказал бы...

Но я не успел придумать, что бы я сказал бы, потому что в это время вошла мама, самая настоящая, живая, и сказала:

— Ты еще сидишь. Ешь сейчас же, посмотри, на кого ты похож? Вылитый Кощей!

(Ребята смеются).

Как Вам упражнение? У всех получилось рассмеяться?

(Ребята дают обратную связь).

Все молодцы! А теперь поработаем с дикцией. Упражняемся в артикуляционной гимнастике. Начинаем с упражнения «Трубочка».

Вытягиваем губы трубочкой, затем максимально растягиваем на улыбке *(Педагог показывает, дети повторяют)*.

Делаем упражнение два раза.

Следующее упражнение «Пятачок». Вытягиваем губы трубочкой и двигаем ими вправо-влево, вверх-вниз и вращаем по кругу. Стараемся что бы щеки при этом не двигались. Делаем упражнение один раз.

(Педагог показывает, дети повторяют).

Приступаем к следующему упражнению «Сытый хомячок».

Одновременно надуваем обе щеки воздухом, задерживаем дыхание на несколько секунд и сдуваем. Потом надуваем щеки поочередно, как будто полощем рот или перекачиваем во рту шарик. Делаем упражнение два раза.

(Педагог показывает, дети повторяют).

Выполняем следующее упражнение «Голодный хомячок».

Втягиваем обе щеки, задерживаем втянутое положение на несколько секунд и возвращаем щеки в исходное положение. Повторяем упражнение три раза.

(Педагог показывает, дети повторяют).

Упражнение «Шпага». Поочередно тыкаем в щеки языком, как шпагой, только аккуратно, не доводя до боли. Выполняем упражнение несколько раз.

(Педагог показывает, дети повторяют).

Все справились с заданием?

(Дети дают обратную связь).

Теперь все ранее сделанные упражнения закрепляем скороговорками. Ваша задача – проговорить на одном дыхании все скороговорки, пока они не закончатся. Это будет первое задание. Итак, начинаем проговаривать с первой скороговорки. Берем максимально глубокий вдох и на медленном выдохе проговариваем скороговорку «Ужа ужалила ужица».

Ужа ужалила ужица.

Ужу с ужицей не ужиться.

Уж уж от ужаса стал уже –

Ужа ужица съест на ужин.

(Педагог показывает, дети повторяют и дают обратную связь).

А теперь эту же скороговорку проговариваем в более быстром темпе, не зажевывая слова.

(Педагог показывает, дети повторяют и дают обратную связь).

Далее поработаем над более сложной скороговоркой. Познакомимся с цепным дыханием. Цепное дыхание – это дыхание по цепочке, т.е. когда нам нужно довести конец фразы, предложения до конца, но на пол пути нам не хватает дыхания, мы перехватываем его и продолжаем говорить до тех пор, пока предложение не закончится. Предлагаю познакомиться со следующей скороговоркой:

Эники-бэники ели вареники,
Драники, финики, кексы и пряники,
Пышки и плюшки и всякие пончики,
Клёцки, торты, пастилу и батончики,
Перец, салаты, томат и картошку,
Капусту, горчицу, грибы и окрошку,
Редьку, мацу, майонез и котлеты,
Яйца, свеклу, бишбармак и рулеты,
Сало, горошек, укроп и ватрушки,
Бананы, кокосы, морковь и петрушку,
Масло, шашлык, артишок и грудинку,
Лук, суп, помидоры, бобы и тартинку,
Блины, мармелад, творог, пиво, тушенку,
Кофе, печенье, сметану, сгущёнку,
Яблоки, рыбу, какао, солянку,
Желе, черемшу, колбасу, запеканку,

Креветки, лимоны, орехи и сливы,
Варенье.

(Педагог показывает, дети повторяют и дают обратную связь).

Усложняем задачу. Теперь нужно проговорить эту скороговорку чуть быстрее.

(Педагог показывает, дети повторяют и дают обратную связь).

Закрепляем наши упражнения скороговоркой на звук «Р». Важно поработать над этой буквой, так как она активизирует работу мышц языка, что очень важно при пении. Проговариваем ее на одном дыхании и в умеренном темпе:

А тари, тари, тари
Куплю Маше янтари
Куплю Маше янтари
Ты носи, да не дари!

(Педагог показывает, дети повторяют и дают обратную связь).

Когда мы поработали над развитием речевого аппарата, можно приступать к вокальным упражнениям на развитие голоса. Распеваясь, наши голосовые связки, разогреваются и правильно настраиваются. Приступаем к упражнениям – распевкам.

Распевка на звук «ЛЯ». Сначала слушаем звук, который будет звучать на фортепиано, а затем его воспроизводим, хорошо открывая рот.

(Педагог показывает, играет звук на фортепиано, дети повторяют).

Хорошо! Всем ли удалось воспроизвести звук «ЛЯ»?

(Дети отвечают).

А теперь возьмем более усложненную распевку. Сначала нужно прослушать звуки, затем воспроизвести их голосом:



Ми - я.

(Педагог показывает голосом, играет на фортепиано, дети повторяют вместе с ним).

Необходимо помнить, что ротовая полость – это очень важный резонатор, от которого зависит качество звука. Условие работы артикуляционного аппарата – это хорошая активность. Важно чётко произнести каждую букву, каждое слово, каждую фразу и в целом всё вокальное произведение.

Далее в этой же распевке мы постепенно двигаем вверх, распевая каждый звук плавно и спускаемся вниз:



Ми - я, ми - я, ми - я _____ .

(Педагог показывает голосом, играет на фортепиано, дети повторяют вместе с ним).

Далее мы выполним упражнения на сглаживание вокальных регистров. Выполняя эти упражнения, следует особое внимание уделить ровности звука, избегать скачков гортани и сохранять высокую позицию звука.



Звук **И** формируется округло с мягкой аккуратной атакой звука.



При движении вниз наиболее сложно сохранить высокую позицию звука и его объем, поэтому данные упражнения следует выполнять только сверху вниз.

(Педагог показывает голосом, играет на фортепиано, дети повторяют).

Выполним упражнения на сглаживание регистров и выравнивание гласных звуков:



В данном упражнении следует обратить внимание не только на округлое формирование всех гласных и точную атаку, но и на снятие второго звука с помощью дыхательного толчка, избегая акцентирования слабой доли.

(Педагог показывает голосом, играет на фортепиано, дети повторяют).

Сейчас мы выполним последнее упражнение на единообразный уклад ротовой полости при формировании гласных. Следует четко формировать гласную губами, не меняя уклада внутри, не опуская небо. Так же немаловажную роль в этом упражнении играет плотный поток выдыхаемого воздуха и правильное распределение дыхания.



(Педагог показывает голосом, играет на фортепиано, дети выполняют вместе с ним).

Подводим итоги. У кого что получилось, а у кого возникли определенные трудности? *(дети активно участвуют в обсуждении).*

IV. Итоговая часть.

Рефлексия деятельности:

- Что было сложно выполнить?
- Что запомнилось больше всего?
- За что могут похвалить себя?

В конце занятия обучающиеся и педагог прощаются друг с другом и благодарят за встречу аплодисментами.

Занятие 3.

Тема: Дикция и артикуляция. Выполнение вокальных упражнений. Работа с песней.

Год обучения: первый.

Возраст детей: 8-11 лет.

Цель занятия: развитие артикуляционного аппарата обучающихся с помощью отработки правильного произношения слова во время исполнения музыкального произведения.

Задачи:

Образовательная: закрепление навыков работы с дыханием, обучение распевам, правильному произношению слов в вокальном произведении и их пропевание.

Личностная: развитие навыка фразировки музыкально-вокального произведения с опорой на дикцию.

Метапредметная: приобретение устойчивых навыков самостоятельной, целенаправленной и содержательной деятельности вокального исполнительства.

Вид занятия: учебно-практическое занятие.

Оборудование:

- стулья
- листы с текстом
- фортепиано

Применяемые технологии: здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные, развивающего обучения.

Ход занятия:

I. Организационный этап.

Подготовка рабочего места, приветствие, объявление темы, цели и задач урока. Ребята рассаживаются на стульях Педагог здоровается с обучающимися, получая от них ответ.

II. Подготовительный этап.

Ребята, давайте вспомним и зафиксируем уже полученную нами информацию.

Что такое певческое дыхание? дикция, артикуляция?

(Дети отвечают).

III. Практическая часть.

Сегодня мы закрепим упражнения для развития дыхания, выработки плавного звучания, четкой дикции. Певческое дыхание берет основу от мышц диафрагмы, работы с нижней частью легких и постоянных тренировок. Я Вас познакомлю с несколькими видами дыхания:

1. Ключичный (верхнегрудной) – энергично участвуют мышцы верхнего отдела грудной клетки, плечевого пояса, шеи. Такое дыхание встречается у детей, оно не приемлемо для пения, т. к. в этом случае дыхание поверхностное, мышцы шеи напряжены, ограничены движения гортани и потому затруднено голосообразование.

2. Грудной - при нём наиболее активно работают мышцы грудной клетки. Внешние дыхательные движения сводятся к активным движениям стенок грудной клетки, особенно верхнего отдела. Диафрагма малоподвижна, живот при вдохе втянут.

3. Брюшной (диафрагматический) – активно сокращаются диафрагма и мышцы брюшной полости, в частности видимые нами мышцы брюшной стенки, при относительном покое грудной клетки.

4. Смешанный (грудобрюшной) – такой тип дыхания осуществляется при активной работе мышц, как грудной, так и брюшной полости, а также нижнего отдела спины.

(педагог показывает на рисунке, потом на себе).

Сегодня познакомимся с несколькими упражнениями А.Н. Стрельниковой.

Александра Николаевна Стрельникова — актриса и автор ряда простых и доступных дыхательных упражнений для борьбы с болезнями дыхательных путей, сердечно-сосудистой системы, неврозами и многими другими, обладательница патента «Способ лечения болезней, связанных с потерей голоса». Приступаем к упражнениям.

1. «Ладочки» или «Кулачки». Открытые ладони поверните от себя, а локти в согнутом состоянии направьте вертикально вниз. Делайте мощные, шумные вдохи, сжимая резко ладочки в кулаки. Повторяйте 4 раза, каждый раз медленно выдыхая воздух. Через 4 вдоха-выдоха делайте паузу — 3–4 сек. Все упражнение необходимо повторить 24 раза.



(Педагог показывает, дети выполняют).

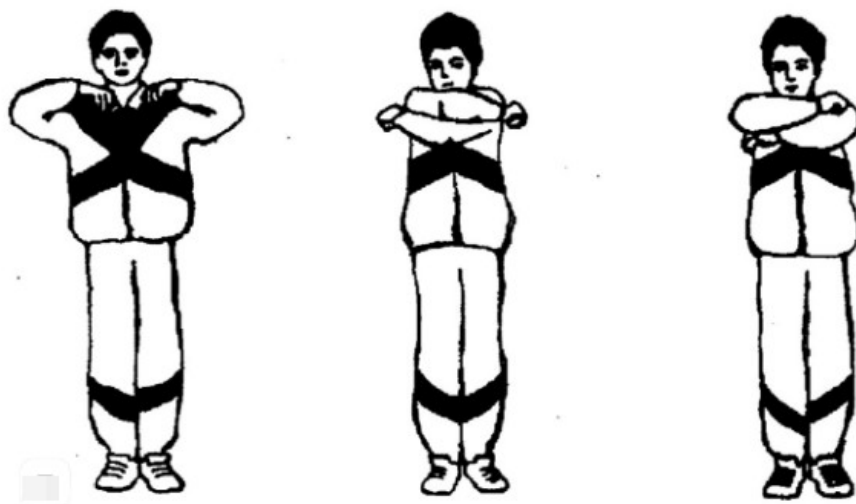
2. «Насос» или «Накачка». Встаньте прямо, ноги — на ширине плеч. Плечи нужно расслабить, а голову — поднять. Руки сожмите в кулаки и поставьте их на уровень талии, сами плечи опустить, а руки вытянуть вдоль туловища. Медленно наклонитесь, представив в руках насос или смятую бумагу, резко и шумно вдохнув. Затем медленно выдохните. Упражнение

выполняем на 8 вдохов-наклонов-выдохов. Между вдохами и выдохами делаем трехсекундные паузы.



(Педагог показывает, дети выполняют).

3.«Обними свои плечи». Встаньте прямо, ноги — на ширине плеч. Плечи расслабьте, а голову — поднимите. Руки согните в локтях и поднимите на уровень плеч, чтобы кисть левой руки была над правым локтем, а кисть правой руки — над левым. Затем резко, вместе со вдохом обнимите себя, не скрещивая и не меняя рук. Одна из кистей обнимет плечо, другая — подмышку. Выдох медленный при возвращении в исходное положение. Упражнение выполняем 8 движений-вдохов.



(Педагог показывает, дети выполняют).

Завершили упражнения. А теперь приступим к распевкам. Поработаем с дикцией и артикуляцией.

Упражнения на развитие дыхания, дикции, артикуляции. Данное упражнение выполняется с использованием различных слогов: «ДИ», «ЗИ», «ВИ», «НИ» и т.п. Выполняя упражнение, ребята, старайтесь уделить особое

внимание проблеме верного формирования гласных, четкой артикуляции и активному произношению слога на стаккато. Стaccато – отрывистое пение.



(педагог показывает голосом и с инструментом, дети повторяют вместе с ним).

Далее мы с Вами исполним упражнение на слоги гаммы «До-мажор». Оно нам необходимо для того, чтобы быстро сменить слоги при едином формировании гласных.



(педагог показывает голосом, дети повторяют вместе с ним).

Продолжаем развивать нашу дикцию и артикуляцию. Работаем со следующим упражнением. При выполнении упражнения следует добиваться четкого произношения данных слогов.



Усложненный вариант упражнения.



(педагог показывает голосом и с инструментом, дети повторяют вместе с ним).

А теперь споем с Вами распевку: «Я-и-ду-до-мой, он и-дёт за-мной. А кто ско-рей?» На последнюю фразу: «а кто скорей?» исполняется квинтовый интервал от V до I ступени. При этом хорошо артикулируем и пропеваем звуки, опираясь на дыхание.

(педагог показывает голосом и с инструментом, дети повторяют вместе с ним).

Споем следующую распевку. От звука «До» первой октавы двигаемся вверх к до второй октавы. Поем гамму «До-мажор», удерживаем звуки на дыхании и пропеваем плавно:

2 куплет
Мы плывем на льдине,
Как на бригантине,
По седым суровым морям.

Припев:
И всю ночь соседи,
Звездные медведи,
Светят дальним кораблям (2 раза)

3 куплет
Ложкой снег, мешая,
Ночь идет большая,
Что же ты, глупышка, не спишь?

Припев:
Спят твои соседи -
Звездные медведи,
Спи скорей и ты, малыш (2 раза)

(педагог показывает голосом и с инструментом, дети повторяют вместе с ним).

Ребята, Вы молодцы, хорошо справились с задачей. А теперь пропеваем это произведение со словами.

(педагог показывает голосом и с инструментом, дети повторяют вместе с ним).

Какие трудности возникли в данном произведении? Получилось ли сразу отследить, где звучали звуки, в какой области лица? Хорошо ли озвучивался текст в песне.

(ребята отвечают, дают обратную связь).

Далее мы поем эту же песню на звук «Р». Ребята пропевают всю песню на этот звук, затем поют со словами, один раз с педагогом, потом – сами от начала и до конца.

IV. Итоговая часть.

Рефлексия деятельности:

- Чем мы сегодня занимались?
- Что мы для этого делали?
- Что у нас получилось хорошо?
- Что нам пока не удается?
- Что больше всего запомнилось на занятии?

В конце занятия обучающиеся и педагог прощаются друг с другом и благодарят за встречу аплодисментами.

Заключение

Умение петь – это навык, вырабатываемый многократным повторением действий, приводящих к положительному результату. Овладение вокальными навыками требует постоянных методичных тренировок. Для работы подвижности голоса необходимо начинать с опоры – дыхательных упражнений, дикции, артикуляции – они разогревают вокальный аппарат, подготавливая его к певческим нагрузкам.

Работа с голосом является для молодого актера актуальным видом творчества. Все чаще в репертуарах театров, театральных студий появляются музыкальные сказки, мюзиклы, водевили и т.п. В связи с этим возникает новая потребность в таком актере, который бы мог работать в разных стилях и направлениях музыкального искусства: от рока до классики.

Введение вокально-хоровой подготовки усложняется особым требованием к молодому актеру, которое заключается в том, чтобы его деятельность была связана с движением на сцене. Вследствие этого в вокальной подготовке современного актера требуется многогранный подход в развитии певческих навыков и участвовал в процессе обучения актерскому мастерству, сценической речи, сценическому движению и танцу. Вокально - хоровые занятия в театре помогают успешно воспитать у начинающих вокалистов дисциплину и саморегуляцию, которая способствует развитию всей творческой личности обучающегося.

Список литературы для педагога

1. Василенко Ю.С. Постановка речевого голоса. Методические рекомендации. – М., 2015
2. Гангстрем М.П., Кожевников В.А. Дыхание и речь. – СПб.: Наука, 2016.
3. Дмитриев Л.Б. Основы вокальной методики. – М.: Музыка, 2016.
4. Иоффе И.И. Синтетическая теория искусств. — СПб.: Питер,., 2018.
5. Киселёв Е.А. Основы общей риторики. – М., 2014г.
6. Конкарович А.И. Культура вокального слова. — М., 2017.
7. Сафронова О. Распевки. Хрестоматия для вокалистов. – СПб: Лань, 2018.
8. Щетинин М. Методика дыхания Стрельниковой. — М.: АСТ, 2016.

Список литературы и интернет-ресурсов для детей и родителей

1. Демченко Д. С. Вокальные игры с детьми. — М.: Луч, 2019.
2. Емельянов В. Развитие голоса. Координация и тренинг. — М.: Музыка, 2015.
3. Метлов Н.А. Музыка – детям. М.: Просвещение, 2019.
4. Энтин Ю. Лучшие песни для детей. — М.: РИО, 2020.
5. <http://www.music-instrument.ru>
6. <https://sub-cult.ru/literatura/novinki-literatura/8856-ekaterina-kvernadze-bazovoe-vokal-noe-dyhanie>