

Г. П. СТУЛОВА

# ХОРОВОЕ ПЕНИЕ

---

## МЕТОДИКА РАБОТЫ С ДЕТСКИМ ХОРОМ

Издание второе, стереотипное

*РЕКОМЕНДОВАНО*

*УМО по специальностям педагогического образования  
в качестве учебного пособия для студентов вузов,  
обучающихся по специальности  
050601.65 — «Музыкальное образование»*



• САНКТ-ПЕТЕРБУРГ •  
• МОСКВА •  
• КРАСНОДАР •

**Стулова Г. П.**

- С 88** Хоровое пение. Методика работы с детским хором: Учебное пособие. — 2-е изд., стер. — СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2016. — 176 с.: ноты. — (Учебники для вузов. Специальная литература).

ISBN 978-5-8114-1690-5 (Изд-во «Лань»)

ISBN 978-5-91938-144-0 (Изд-во «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»)

ISMN 979-0-66005-045-3 (Изд-во «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»)

В данном учебном пособии представлен материал, освещающий вопросы теории и практики вокально-хоровой работы с детским певческим коллективом. Хоровое пение рассматривается автором как основа отечественной музыкальной культуры и как средство общего и специфического воспитания детей. На основе обобщения опыта вокальной работы как с детьми, так и со взрослыми, сделаны методические выводы, позволяющие читателям понимать сущность и значение различных подходов к обучению пению.

Пособие адресовано студентам музыкальных факультетов, учителям музыки общеобразовательных школ, хормейстерам, магистрантам и аспирантам, занимающимся проблемами вокального воспитания учащихся. Ранее книга издавалась под названием «Хоровое пение в школе».

**Stulova G. P.**

- С 88** Choral singing. Methodology of directing a children's choir: Textbook. — 2<sup>nd</sup> edition, stereotyped. — Saint-Petersburg: Publishing house "Lan"; Publishing house "THE PLANET OF MUSIC", 2016. — 176 pages: notes. — (University textbooks. Books on specialized subjects).

The textbook contains the material, describing theoretical and practical questions of vocal-choral work with a children's singing group. Choral singing is presented by the author as the basis of the national music culture and as means of general and specific child-rearing. On the ground of summarizing the experience of vocal work with children and adults, methodical conclusions are done, helping a reader to understand the sense and the meaning of different approaches to singing training.

The textbook is intended for the students of music faculties, music school teachers, choirmasters, Master's Degree students and Ph. D. candidates, dealing with the problems of students' vocal upbringing. The book was earlier published under the title "Choral singing at school".

**Рецензенты:**

- А. И. ЩЕРБАКОВА* — доктор педагогических наук, профессор, зав. кафедрой социологии и философии культуры Российского государственного социального университета;  
*С. М. МИРОШНИЧЕНКО* — кандидат искусствоведения, профессор, и. о. зав. кафедрой пения и хорового дирижирования музыкального факультета МПГУ, заслуженная артистка РФ.

© Издательство  
«ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2016

© Г. П. Стулова, 2016

© Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»,  
художественное оформление, 2016

Обложка

*А. Ю. ЛАПШИН*

---

---

## ВВЕДЕНИЕ

Хоровое пение в школе — один из путей возрождения национальной духовности, достижения высокого уровня общей культуры и образованности нации, психического и физического здоровья детей. Поэтому в центре внимания должна быть, прежде всего, общеобразовательная школа, поскольку через нее проходят все граждане России.

Чтобы школьный хор мог выполнять свое назначение, качество его исполнительского мастерства должно соответствовать определенным требованиям к уровню вокально-хоровой работы учителя музыки.

Что же такое «вокально-хоровая работа»?

Это не только способы разучивания песен или реализация задачи обучения всех учащихся правильному звуковысотному интонированию. Это, прежде всего, *постановка и развитие голоса* певцов в условиях хора, т. е. в коллективных условиях.

Что значит «поставить голос»?

Поставить голос учеников — значит научить их петь, используя определенную технологию, основанную на знаниях, умениях и навыках.

Работа хормейстера — выпускника консерватории сориентирована на исполнительскую деятельность и общение с профессиональными хоровыми коллективами, где хористы хорошо владеют своим голосом.

Работа хормейстера — учителя музыки имеет особую специфику, которая заключается в том, что его хор состоит в основном из детей, не умеющих правильно петь. Поэтому с самого начала работы с хором у педагога возникает необходимость научить их основам голосообразования, то есть работать над постановкой голоса. Такая работа должна проводиться последовательно и регулярно: сначала

в упражнениях, а затем в процессе исполнения вокального репертуара.

Если начинать разучивание песен, когда голоса детей еще не поставлены, то будут формироваться и закрепляться только неправильные навыки, которые в последующей работе придется устранять. А переучивать, как известно, всегда труднее, чем научить заново. Поэтому в процессе работы с певческим коллективом должно соблюдаться правило: с самого начала на уроке нельзя допускать *ни одного неправильно сформированного звука*.

Чтобы учить кого-либо петь, необходимо четко представлять себе технологию певческого процесса и овладеть методикой обучения пению. Однако многие вопросы технологии певческого процесса до сих пор еще мало изучены и по-разному трактуются в методической литературе. Этим и объясняется то, что вокально-хоровая подготовка выпускников специальных учебных заведений оставляет желать лучшего.

Что же необходимо учителю для правильной организации вокально-хоровой работы с детьми?

Прежде всего, необходимо иметь *большое желание* этому научиться. Вокальная работа с детским хором — дело очень трудное. Поэтому только огромное желание овладеть всеми секретами этой профессии поможет учителю преодолеть все трудности. Учиться этому искусству придется всю жизнь. Педагогический опыт приходит не сразу. Такой опыт — результат длительного накопления знаний, удач и неудач в практической работе.

Работа учителя не бывает без ошибок, и не так страшно, что они допускаются. Плохо, если они не исправляются. Педагог должен всегда *критически оценивать свою работу*, прислушиваться к мнению других специалистов, своих коллег и товарищей, тогда он никогда не остановится в своем развитии. Настоящий учитель — вечный ученик.

Великий отечественный ученый — И. П. Павлов не раз говорил своим ученикам: «Никогда не думайте, что вы уже все знаете, и как бы высоко вас ни ценили, всегда имейте мужество сказать: я — невежда. Не давайте гордыне овладеть вами: из-за нее вы утратите меру объективности».

Какой замечательный совет для нас! Его следует помнить всегда.

Учитель музыки может не иметь вокальных данных профессионального певца, но *научиться владеть своим голосом* он просто обязан. Прежде чем учить чему-либо других, необходимо самому уметь это делать хорошо.

Однако нередко бывает так: певец, который сам хорошо поет, не может этому научить других, так как не осознает в полной мере, как он это делает. Певческий процесс у него происходит на уровне подсознания. Певец-исполнитель имеет на это право, а учитель — нет. Учитель должен точно знать, как он это делает сам и какие этапы следует пройти ученику, чтобы получить положительный результат. Он должен понимать, что каждый ученик индивидуален и неповторим, а для достижения определенного акустического эффекта ему нужны свои особые физиологические приспособления.

Учитель музыки должен иметь хорошо развитый *музыкальный* и особенно *вокальный слух*.

Специалист, получивший музыкальное образование среди взрослых, накапливает в своих слуховых представлениях звучание «взрослого» голоса, с его силой, разнообразием тембровых красок, звуковысотным диапазоном и другими признаками, которые имеют мало общего с голосом ребенка. Поэтому, прежде чем приступить к занятиям с детьми, следует *познакомиться со спецификой звучания детского голоса*, а в противном случае возможны неприятности: порча детских голосов, различные заболевания голосового аппарата детей. Педагог должен иметь представление об эталоне звучания детского голоса в различные возрастные периоды, к которому следует стремиться в процессе вокальной работы. С этой целью полезно внимательно прислушиваться к тому, как поют дети в непринужденной обстановке, спонтанно, и особенно вслушиваться в звучание голосов детей при индивидуальном общении с ними.

В школьной практике нередко встречаются дети с хорошими вокальными данными, с поставленным от природы голосом. Вот у них-то и надо учиться, а потом учить петь других детей, у которых нет такой природной постановки голоса.

Учитель музыки должен *владеть специфическим языком* и пользоваться вокальной терминологией, которая была бы предельно проста и понятна детям.

Педагогу очень важно следить за своей речью. Дети часто воспринимают слова педагога буквально и порой после какого-либо образного сравнения от избытка стараний делают все наоборот. Вообще словесных указаний должно быть как можно меньше, особенно в процессе работы с младшими школьниками. Основной способ обучения — вокальный показ учителя, так как у детей в возрасте до 10 лет особенно ярко проявляется способность к подражанию.

Большое значение для успешной работы имеет не только высокая квалификация педагога, но и его *умелый подход к ученикам* на основе любви и знаний возрастной психологии и педагогики. Педагогу трудно бывает добиться положительного результата в работе, если он не способен установить контакт со своими учениками, создать атмосферу доброжелательности и доверия, сделать так, чтобы дети захотели заниматься пением у него в хоре. Это весьма трудная задача, решение которой зависит от многих факторов, в том числе от состояния нервной системы учителя. Спокойное и ровное отношение к учащимся — вот лучший помощник учителя в организации учебного процесса.

Педагогу невозможно всегда быть спокойным и ровным, однако это достигается неустанным самовоспитанием. Рабочая, творческая атмосфера на уроке, выдержанность создает педагогу авторитет у учеников. Бывают и сложные ситуации. При их возникновении беседовать с учеником лучше не в присутствии всего класса, а с глазу на глаз в дружеском и доверительном тоне. Это всегда бывает более эффективно, чем «отчитывание» при всех в повышенном тоне.

Учитель должен быть *тактичным* при неправильном пении учеников: не следует их передразнивать, лучше еще раз показать правильный способ исполнения. Отношение к особо одаренным и менее одаренным ученикам должно быть одинаково ровным. Нельзя выделять «любимчиков» за их способности перед другими. К способным учащимся необходимо усиливать требования, а менее способных подбадривать, поощрять их успехи, пусть и небольшие.

Учитель должен хорошо *владеть различными методами вокальной работы* с детьми, которые складываются на

основе изучения опыта лучших специалистов прошлого, оставивших свой след в истории музыкального воспитания детей, и новых тенденций современной практики.

Предлагая задание ученикам, учитель должен понимать, насколько оно выполнимо. Нельзя применять в своей практике какие-либо методы вокальной работы с детьми без должного понимания их смысла. Следует помнить, что всякий метод работает только при определенных условиях: в руках одного педагога он эффективен, а у другого — не приводит к желаемому результату. Только с годами в процессе практической работы у учителя формируется свой педагогический почерк, опирающийся на опыт мастеров своего дела.

Учитель должен обладать *развитым вокальным мышлением*, которое помогает ему безошибочно выбрать нужный прием, использовать тот или иной метод, необходимый для данных учеников в той или иной конкретной ситуации.

Учителю нужны *фундаментальные теоретические знания о певческом голосе* не только детей, но и взрослых, так как истина, как известно, познается только в сравнении.

В данном учебном пособии сделана попытка с научных позиций осветить некоторые теоретические вопросы о развитии детского голоса в сочетании с практическими советами по организации работы с детским хоровым коллективом.

Учебное пособие состоит из трех глав.

В 1-й главе освещаются теоретические вопросы, касающиеся различных аспектов развития детского голоса в возрастном аспекте в процессе обучения пению.

Во 2-й главе даны методические рекомендации по организации практической работы с детским хором.

В 3-й главе рассматриваются вопросы методики постановки детского голоса, а также обобщается опыт различных педагогов по работе не только с детьми, но и со взрослыми певцами.

В конце каждой главы даны контрольные вопросы к семинарам по изученной теме и список основной и дополнительной литературы.

В списке литературы в конце учебного пособия читатель может найти более глубокие сведения по интересующим его вопросам, связанным с развитием детского голоса в процессе обучения пению, организацией практической работы с певческими коллективами не только в школе, но и в других специальных учебных заведениях в системе дополнительного образования.

---

---

## Глава 1

# ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ХОРОВОГО ПЕНИЯ В ШКОЛЕ

## ПЕВЧЕСКИЕ ТРАДИЦИИ РУССКОЙ МУЗЫКАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ

На протяжении многих веков истории человечества представители различных наук спорят о путях и истоках возникновения музыки. Но все они сходятся на том, что она родилась, прежде всего, как пение, вместе с речью, а может быть и до возникновения первого слова.

Таким образом, человеческий голос был первым музыкальным инструментом.

Пение и его высшая форма — хоровое искусство является подлинным источником отечественной музыкальной культуры как в отдаленном прошлом, так и в настоящее время.

Основополагающее место певческого искусства в музыкальной культуре прошлого и современного определяется такими его свойствами, как общедоступность, народность, массовость, что свидетельствует об универсальном общественном и лично значимом характере пения.

Певческое искусство издревле лежало в основе музыкального и духовно-нравственного воспитания детей. Песня сопровождала человека от момента рождения и до последних его дней: от колыбельной матери, песен-игр и хороводов, до трудовых, церковно-обрядовых и пр. Именно через пение формировалась у ребенка душевная гармония, вносящая порядок в ритм его жизни, быта, взаимоотношения с людьми и Богом.

Пение на протяжении веков было главным инструментом воспитания детей, средством их социальной адаптации в процессе усвоения духовного опыта поколений. Поэтому урок пения в школьной практике изначально был одним из

основных учебных предметов наряду с чтением, письмом и счетом.

Различные педагоги прошлого в своих теоретических трудах неоднократно подчеркивали воспитательное воздействие пения на учащихся. Говорилось о влиянии пения на развитие интеллекта, памяти, внимания, воображения, воли, на эстетические чувства и даже физическое развитие (Д. И. Зарин, А. Н. Карасев, П. П. Миропольский, А. И. Пузыревский и др.).

Таким образом, пение может служить многосторонним средством для воспитания ребенка. Влияние его захватывает самые глубокие стороны внутреннего мира человека.

По наблюдениям современных педагогов дети, систематически занимающиеся хоровым пением, лучше учатся в школе по всем предметам, более дисциплинированы и эмоционально развиты по сравнению со своими сверстниками, не занимающимися музыкой и, в частности, хоровым пением.

Исследования психологов свидетельствуют о том, что детство — это сенситивный период для любого обучения и в том числе занятий искусством, когда человек открыт для диалога и восприятия информации, для усвоения социальных норм поведения, формирования индивидуально-психологических свойств личности.

По утверждению одного из современных ученых-психологов П. В. Симонова, «занятия искусством — это не барская прихоть, это — необходимость. Правое полушарие — эмоциональный мозг — является базисом для развития левого полушария — мозга рассудочного. Только в этом случае происходит равномерное развитие обоих полушарий мозга, и только такое развитие создает полноценную и психически устойчивую личность — святая святых задач системы народного образования и родительского воспитания» [52].

Таким образом, недооценка художественного и в том числе певческого развития учащихся в рамках общеобразовательной школы может привести к отрицательным последствиям в других сферах деятельности человека.

Несмотря на то, что в системе народного образования на уроках музыки имеются потенциальные возможности для музыкального и певческого развития учащихся, однако они

недостаточно полноценно реализуются на практике. Одна из основных причин — мало эффективные программы, сориентированные, главным образом, на развитие музыкального восприятия через слушание музыки и рассуждение о ней, не учитывая отечественных певческих традиций.

Россия издревле была певческой страной. Вокально-хоровая культура всегда была и есть ее национальное достояние. Смещение акцентов в музыкальном образовании без учета данной особенности национальной культуры приводит к определенному кризису в системе народного образования в целом.

На уроках музыки мало уделяется внимания хоровому пению, поэтому не решается основная задача вокальной работы — постановка голоса учащихся. А если пение и имеет место на уроке, то оно проходит на уровне массового пения без учета правил вокальной технологии. Такое пение пагубно для физического и психического здоровья детей. При достаточно длительном таком «музицировании» голоса поющих учащихся портятся. У детей искажается представление о хоровом искусстве, которое превращается для них в фактор стресса [12].

Пение непоставленным голосом не приводит к развитию тех личностных качеств учащихся, о которых говорилось выше, а, напротив, способствует разрушению певческих способностей и формирует отрицательное отношение к урокам музыки.

Из такого кризисного состояния дел можно выйти путем активизации хорового пения в системе дополнительного образования. Кроме того, урок музыки в общеобразовательной школе, особенно в начальных классах, следует строить, главным образом, на основе певческой деятельности, целенаправленно работая над процессом постановки голоса с самого начала. Именно это лежало в основе музыкального воспитания детей в России столетиями.

Пути развития отечественной музыкальной культуры в целом определяла певческая культура народного быта и православной церкви. Специфика музыкального искусства различных стран складывалась, главным образом, под влиянием культовой музыки.

С тех пор, как в христианстве православие отделилось от католицизма, музыкальная культура стран, принявших

ту или иную теологическую доктрину, развивалась соответственно традициям богослужебного пения.

В католических странах Запада, где богослужение сопровождалось игрой на музыкальных инструментах, музыкальная культура пошла по пути активного развития инструментальной музыки на основе, главным образом, танцевальных жанров.

В православной же России, где богослужение осуществлялось без музыкального сопровождения, музыкальная культура вплоть до XVIII века развивалась в основном в хоровых жанрах. Русская инструментальная музыка также формировалась на основе песенности. В этом и проявляется российский менталитет музыкальной культуры.

Традиции отечественного хорового исполнительства являются и поныне нашим национальным достоянием. Передача этих традиций от поколения к поколению — гарантия выживания нации, ибо народ, который не помнит своей истории, запечатленной в памятниках искусства, а, следовательно, и не хранит культуры своих предков, обречен на вымирание.

Этим и определяется необходимость сохранения традиций российского хорового исполнительства путем развития певческой культуры не только в профессиональных хоровых коллективах, но, прежде всего, на уроках музыки в общеобразовательной школе.

## **НАПРАВЛЕННОСТЬ ВОКАЛЬНО-ХОРОВОЙ РАБОТЫ С УЧАЩИМИСЯ**

Хоровое пение в школе может осуществляться как на уроке музыки, так и во внеклассной работе. Оно направлено на формирование основы вокально-хоровой культуры школьников, которая рассматривается как часть их музыкальной культуры.

*Вокально-хоровая культура ученика общеобразовательной школы* проявляется в таких показателях:

- любовь к вокальной и хоровой музыке;
- потребность в пении и слушании вокальной музыки;
- умение правильно интонировать мелодии песен;
- способность понимать художественные достоинства вокальных произведений и оценивать качество их исполнения;

- удовольствие и наслаждение от собственного пения и слушания лучших образцов вокального искусства и др.

*Степень выраженности этих показателей зависит:*

- от социальной направленности личности;
- музыкального опыта;
- вокально-слуховой развитости;
- музыкальной образованности.

Формирование вокально-хоровой культуры учащихся реализуется не только в процессе собственно певческой деятельности, но и слушания музыки, пластического музицирования, освоения музыкальной грамоты, осмысления средств музыкальной выразительности и способов развития музыкального материала, обучения игре на детских музыкальных инструментах.

Певческая деятельность школьников начинается с формирования психологической установки на серьезность вокально-хоровой работы и осуществляется в такой последовательности: знаю, слышу, воспроизвожу, творю музыку через интерпретацию, вокальную импровизацию, сочинение в пределах возможного.

Все эти этапы должны присутствовать в структуре каждого урока, постепенно лишь усложняясь в содержательном отношении.

Такая последовательность в работе отражает тесную взаимосвязь музыкального мышления, слуха и голоса.

В процессе обучения пению постепенно развивается не только музыкальный, но и специфический вокальный слух.

## **ВОКАЛЬНЫЙ СЛУХ У ДЕТЕЙ И ПУТИ ЕГО РАЗВИТИЯ**

В певческой практике часто употребляется термин «вокальный слух», который является более широким понятием, чем просто «музыкальный слух».

По определению профессора В. П. Морозова, вокальный слух — это «сложное музыкально-вокальное чувство, основанное на взаимодействии слуховых, мышечных, зрительных, осязательных, вибрационных и других видов чувствительности...

Сущность вокального слуха — в умении по звуку голоса осознать принцип звукообразования...

Слух крепко связывается с мышечными, вибрационными, зрительными и другими чувствами не только в процессе формирования нашего собственного голоса, но связь эта нисколько не нарушается и при восприятии чужого голоса» [31].

Физиологической основой вокального слуха являются условно-рефлекторные связи, возникшие в результате осознания соотношения характера звукового раздражителя и комплекса ощущений, полученных от наших органов чувств.

Таким образом, можно сказать, что вокальный слух — это хорошо развитая сенсомоторная координация.

Работа голосового аппарата как в речи, так и в пении в основном скрыта от внешнего наблюдения. Тем не менее, ребенок, усваивая речь, находит правильный артикуляционный уклад звукообразующих органов, опираясь, главным образом, лишь на свои слуховые ощущения. То есть, только по характеру звучания речевых фонем он находит соответствующие им мышечные движения. Со временем они совершенствуются и уточняются по принципу обратных связей путем проб и ошибок.

Если вокальный слух рассматривается, как способность не только слышать голос, но еще и ясно представлять себе в этот момент работу голосового аппарата певца, то можно сказать, что слух любого человека в известном мере является «вокальным». Следовательно, восприятие речи и пения у всех людей — это активный слуходвигательный процесс.

По мере освоения ребенком речи или пения рефлекторные связи складываются в основном подсознательно. Их собственные мышечные и слуховые ощущения могут оставаться неосознанными. Поэтому основная задача учителя музыки в развитии вокального слуха у детей — сделать эти чувства и ощущения осознанными.

Что же можно оценивать при помощи вокального слуха?

Это, прежде всего, основные акустические характеристики певческого голоса: интонацию, динамику, тембр, дикцию.

Вокальный слух помогает оценить не только качество звуковысотного интонирования певца, но и установить причину отклонений от нормы, связанную с биомеханизмом

звукообразования. Нарушение чистоты интонирования при пении в сторону понижения чаще всего зависит от излишнего заглубления вокальной позиции. Тип вокальной позиции хорошо оценивается на слух.

При помощи вокального слуха можно определить меру форте или пиано в звучании голосов поющих, т. е. их динамический диапазон. Выход за пределы допустимого для них форте неизбежно приведет к избыточному напряжению голоса в результате возникновения форсировки звука, а слишком расслабленное пиано — к вялому и сиплому звучанию голосов. Таким образом, нарушение границ динамического диапазона приводит к разрушению самых ценных качеств голоса. Эти границы для каждого певца или хора свои. Они легко определяются учителем при наличии у него достаточно развитого вокального слуха.

К основной функции вокального слуха относится оценка тембра певческого голоса в связи со способом звукообразования. По характеру резонирования певческого звука можно определить тип голосового регистра (головной, грудной или смешанный), оценить плавность регистровых переходов при смене высоты тона, степень звонкости и полноты голоса, свободы или напряженности его звучания. По звуку голоса легко определяется качество певческого vibrato (нормальное, аномальное или его отсутствие), тип вокальной позиции (высокая, средняя, низкая), наличие или отсутствие опоры звука на дыхание. Оценивая качество дикции, можно не глядя на певца определить способ его артикуляции и степень выравненности гласных.

Оценка качества выше перечисленных характеристик звучания голоса после определенной тренировки вполне доступно детям даже дошкольного возраста 5–6 лет. Для начала они должны получить от учителя понятие о том, как называется то, что они слышат в данный момент.

Систематический анализ качества звучания певческого голоса обычно достаточно быстро приводит к развитию у детей способности к очень тонким вокально-слуховым дифференцировкам, т. е. к развитию у них вокального слуха.

В процессе обучения пению вокальный слух, взаимодействуя с голосом, развивается параллельно с ним, немного опережая уровень практических умений учеников.

Работа, изначально целенаправленная на развитие вокального слуха у детей, является кратчайшим путем формирования у них правильных певческих навыков.

## **ТЕОРИЯ ПОЗНАНИЯ КАК МЕТОДОЛОГИЧЕСКАЯ ОСНОВА РАЗВИТИЯ СЛУХА И ГОЛОСА УЧАЩИХСЯ**

Тесная взаимосвязь слуха и голоса в процессе обучения пению обусловлена общностью законов познания, основанных на ряде умственных операций: вокально-слуховое восприятие, представление и воспроизведение голосом.

Решающим звеном в этой цепи являются вокально-слуховые представления. Они отражают глубину восприятия и определяют качество воспроизведения. Они дополняются воображением и носят творческий характер, что обуславливает их роль в музыкально-эстетическом воспитании детей.

Под вокально-слуховыми представлениями понимаются представления о качествах певческого звука, как основных носителях музыкального смысла, а также и представления о способе звукообразования.

Вокально-слуховые представления, взаимодействуя с двигательными представлениями, в певческом процессе выражаются в вокальной моторике. Они лежат в основе вокального слуха и являются «ядром» вокальных способностей.

Вокально-слуховые представления органически связаны с музыкально-слуховыми, что определяет целостность вокально-художественного развития учащихся. Возникая в сознании ученика в процессе собственной певческой деятельности, вокально-слуховые представления создают условия для совершенствования этой деятельности, и сами совершенствуются в процессе ее выполнения. В этом и проявляется диалектическая взаимосвязь обучения и развития в такой специфической области музыкальной деятельности, как обучение пению.

Поскольку вокально-слуховые представления определяются глубиной восприятия качественных сторон вокального исполнения, то для наиболее успешного развития певческого голоса детей необходимо целенаправленно развивать у них обе эти умственные операции. Это должно лечь в основу методики вокально-хоровой работы.

Для реализации данной идеи необходимо:

- научиться слышать человеческий голос, замечать различные оттенки его тембра, оценивать силу и чистоту интонирования, качество дикции, вокальную позицию, работу резонаторов, опору звука на дыхание, эмоциональную выразительность исполнения;
- представлять в своем сознании определенные качества звука по высоте, тембру и силе до того, как он будет реально воспроизведен голосом.

Систематическое формирование восприятия и вокально-слуховых представлений должно стать условием правильной постановки обучения пению с самого первого этапа работы. Уровень их развития обуславливает качество воспроизведения певческого звучания, а, следовательно, и формирование певческих навыков.

Восприятие, вокально-слуховые представления и воспроизведение в пении характеризуют уровень умственных операций и в первую очередь аналитической и синтетической деятельности мозга. Конкретно эта способность отражается в умении ребенка анализировать и описывать на вербальном уровне восприятие музыкального звучания, что и характеризует его общее и специфическое развитие.

## СТРУКТУРА ПЕВЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Методологические подходы к процессу обучения пению вытекают из понимания структуры певческой деятельности, которую можно представить схематически следующим образом:

- восприятие эталона певческого звучания;
- вокально-слуховое представление данного звучания;
- воспроизведение голосом;
- оценка и самооценка полученного звучания;
- осознание его качеств и способа звукообразования;
- повторное воспроизведение по подражанию, а затем и творческое.

Умственные операции, лежащие в основе певческой деятельности, имеют свою специфику.

*Восприятие* в музыкальной педагогике характеризуется как целостно дифференцированное. Целостность восприятия в пении отражается в постижении эмоционального

содержания вокального произведения; дифференцированность — в выделении высоты, тембра голоса, динамики, темпа, ритма, способа звуковедения, формы, фразировки, манеры произношения, четкости дикции и пр.

*Представления:* речь идет о *вокально-слуховых представлениях* как звучания голоса в целом и отдельных его компонентов, так и биомеханизма звукообразования в каждом конкретном случае.

*Воспроизведение* характеризуется звучанием певческого голоса и обеспечивается качествами предыдущих умственных операций, а также уровнем сформированности певческих навыков, способностью осознанно управлять голосообразованием.

Исходя из структуры певческой деятельности, можно предложить такую последовательность заданий-шагов в процессе обучения:

- активизация слухового внимания (его направленность);
- сравнения и сопоставления различных образцов звучания голоса (умственные операции);
- попытки собственного воспроизведения голосом (собственные действия);
- анализ полученного звучания с эстетической точки зрения (чувственное восприятие);
- внутреннее пение с опорой на внешнее звучание эталона, заданного учителем (моделирование вокального движения в сознании, т. е. вокально-слуховые представления);
- новые попытки реального воспроизведения (повторные действия);
- обобщения слуховых впечатлений, мышечных и вибрационных ощущений (осмысление);
- введение понятия о том или ином вокальном явлении (теоретические знания);
- объяснения биомеханизма звукообразования по принципу наглядности (слуховой, зрительной, тактильной, вибрационной);
- поиски оптимального качества звучания в собственном исполнении, опираясь на представление звукового эталона (совершенствование навыка);
- исполнение на основе постоянного самоконтроля (процесс бесконечный).

Целенаправленное формирование восприятия, вокально-слуховых представлений в процессе обучения пению, овладение музыкальными знаниями и певческими навыками активизируют различные умственные операции (наблюдение, сравнения, анализ, узнавание, дифференциацию, обобщение и пр.), а также стимулирует эмоциональное отношение к процессу обучения.

Все это является необходимыми условиями успешности развития не только певческого голоса и слуха учащихся, но и формирования у них вокально-хоровой культуры.

## **ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ПЕВЧЕСКОГО ГОЛОСА ДЕТЕЙ**

Под развитием детского голоса понимаются качественные и количественные изменения состояния голосового аппарата и основных характеристик его звучания, а также развития специфически вокальных способностей. Сюда входят:

- анатомо-морфологическое развитие голосообразующей системы на фоне роста всего организма ребенка;
- функциональное совершенствование центральных отделов мозга, управляющих певческим процессом и всей системой обратной связи «голос — слух»;
- накопление вокальных навыков певческого дыхания, звукообразования, артикуляции;
- совершенствование качеств его звучания: тембра, чистоты интонирования, звуковысотного и динамического диапазонов, выравненности гласных и голосовых регистров, подвижности голоса, четкости дикции;
- развитие музыкального слуха и как особого его проявления — вокального слуха;
- установление взаимосвязи между слуховым восприятием звукового образа, вокально-слуховыми представлениями и воспроизведением голосом, что входит в понятие «вокальная моторика».

Таким образом, развитие певческого голоса детей рассматривается как результат роста голосового аппарата, с одной стороны, и певческой деятельности — с другой.

Рост голосового аппарата связан с глубочайшими преобразованиями всего организма ребенка, а певческая

деятельность связана с работой педагога, направленной на формирование определенных вокальных навыков.

В период роста детского организма существуют различные возрастные этапы. Между ними нет точных границ, одинаковых для всех детей. Однако в развитии голосов большинства школьников условно можно выделить четыре возрастных периода:

- 7–10 лет — младший школьный возраст: собственно детский голос;
- 10–12 — премутационный возрастной период;
- 13–15 — мутационный;
- 16–18 — послемутационный период.

На самом же деле в певческой практике нередко имеют место индивидуальные различия, когда возрастные изменения в голосе могут проявляться позже или раньше.

Это происходит потому, что характер функционального состояния голоса ребенка зависит не только от возраста, но и еще от ряда причин: его физического и психического развития, работы эндокринной системы, широты географического пояса, состояния здоровья всего организма и опыта певческой деятельности.

Большое значение для развития певческого голоса имеет возраст, с которого начались систематические занятия пением, музыкальные и особенно вокальные способности от природы, а также методика обучения.

Между возрастными периодами развития голоса детей должна существовать преемственность. Поэтому обучение детей в каждом возрасте должно служить подготовкой к следующей ступени.

При пении упражнений и песен с самого начала очень важно добиваться правильного звукообразования. Если в процессе разучивания песенного репертуара учитель не исправляет качество звучания голосов, не работает над вокальной технологией, оставляя это «на потом», то в результате закрепляются неправильные вокальные движения, которые самоустраниться не могут. При неоднократном повторении они становятся навыками, которые в дальнейшей работе потребуют уже переучивания, что всегда гораздо труднее, чем научить заново. Поэтому основной принцип методики вокального воспитания детей можно

сформулировать так: в процессе занятий пением с детьми нельзя допускать ни одного некачественного звука в их голосе. Это значит, что с самых первых уроков необходимо работать над постановкой голосов детей в процессе выполнения специальных упражнений и разучивания простейших песен, так как для правильного развития детского голоса решающее значение имеет именно начальный этап обучения.

Чем тщательнее с самого начала будет вестись работа над развитием у детей певческих навыков, тем больше появится условий для успешного развития голоса в дальнейшем.

Правильные вокальные навыки, сформированные на начальном этапе обучения, позволят учащимся легко преодолеть трудности периода мутации голоса, связанные с фактором полового созревания.

Процессу вокального воспитания всегда сопутствует оптимальное музыкально-эстетическое развитие детей, что неизбежно будет создавать условия для реализации их творческих потребностей и укрепления интереса к музыкальному искусству.

## **ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТСКОГО ГОЛОСА С ПОЗИЦИЙ ФИЗИОЛОГИИ**

Особенности развития детского голоса необходимо рассматривать с трех точек зрения: физиологии, акустики и вокальной методики.

Одна из существенных физиологических особенностей естественного функционирования голосового аппарата в речи или в пении заключается в его системности и целостности.

Певческий процесс представляет собой явление чрезвычайно сложное. Специфическая деятельность голосовой системы протекает в органическом единстве работы дыхания, звукообразования и резонирования по общим законам высшей нервной деятельности. Поэтому следует считать нерациональным со стороны педагога уделять особое внимание какому-либо одному из компонентов голосовой системы, так как это может привести к нарушению естественной координации между ними в процессе обучения.

Нередко возникает вопрос: нужно ли вообще обучать детей пению?

На этот вопрос можно ответить положительно только в том случае, если певческое развитие детей идет на основе правильного функционирования голосового аппарата.

О целесообразности обучения детей пению говорил еще А. Е. Варламов — замечательный композитор, ученик Д. И. Бортнянского, вокальный педагог, один из основоположников русской вокальной школы. Он говорил о том, что, если ребенка учить петь с детства, то его голос приобретает гибкость и силу, которые взрослому даются с трудом. Эта мысль неоднократно подчеркивалась впоследствии в работах различных авторов — исследователей и педагогов, что объясняется повышенной восприимчивостью учащихся ко всякому учению в детском возрасте.

Из практических наблюдений за учащимися хоровых коллективов становится совершенно очевидным, что правильное пение, основанное на законах возрастной физиологии, имеет решающее значение для развития не только музыкального слуха и всей системы музыкальности ребенка, но и для укрепления его здоровья.

С медицинской точки зрения пение — это своеобразная гимнастика дыхания, которая благотворно влияет на развитие грудной клетки, способствует регуляции сердечно-сосудистой системы, улучшает газообмен в легких и пр.

Под влиянием неправильного пения у детей происходят иногда нежелательные сдвиги в организме, которых не встречается у взрослых. Например, нередко можно наблюдать у детей, особенно младшего школьного возраста, кратковременные потери сознания на хоровых занятиях или прямо на сцене во время концерта в результате нарушения работы сердечно-сосудистой системы.

Особенно часто это происходит в тех хорах, где допускается форсировка звука при пении. Чрезмерно высокое подсвязочное давление нарушает кровообращение мозга, в результате чего и наступает обморочное состояние певцов.

Учителю необходимо помнить об основных особенностях развития органов голосового аппарата человека со дня рождения и до окончания его формирования.

Универсальной особенностью детского возраста является то, что ребенок находится в состоянии *постоянного роста и функционального преобразования всего организма*, в том числе и голосового аппарата. Поэтому голосовой аппарат детей отличается особой хрупкостью и малой выносливостью к любым перегрузкам, в результате которых неизбежно наступают функциональные и даже органические расстройства голоса детей.

Особенностью роста детского организма является *диспропорция* в развитии различных его органов, разные сроки их формирования, в том числе и отдельных частей голосового аппарата. Например, по наблюдениям фонiatров, рост носоглотки и придаточных пазух носа в основном завершается к 14 годам — периоду полового созревания, а все остальные органы голосового аппарата завершают свой рост лишь с окончанием этого периода — к 19 годам. Гортань же, хотя и замедленно, продолжает свой рост нередко до 22–25-летнего возраста.

Характерной особенностью роста голосообразующей системы детей является *скачкообразность* в ее развитии. Периоды замедленного и плавного преобразования голосовой функции сменяются бурным ростом, особенно в подростковом возрасте.

## РЕГИСТРОВАЯ СТРУКТУРА ПЕВЧЕСКОГО ГОЛОСА ДЕТЕЙ

Биомеханизмы звукообразования у детей также имеют свою специфику, связанную с эволюцией регистровой структуры их голосов в различные возрастные периоды.

Структурно-функциональной особенностью голосообразования у детей является изначальное существование, с момента рождения, двух самостоятельных голосовых регистров: грудного и фальцетного, что соответствует натуральной природе человеческого голоса.

Каждый голосовой регистр управляется отдельной мышечной системой: внутренней или внешней, которая может включаться в работу независимо одна от другой.

Смешанное (или микстовое) голосообразование у детей раннего возраста отсутствует, так как управление смешанным голосом является по своей сущности сложно-

координированным актом, когда требуется совместное участие в работе обеих мышечных систем. Такая возможность у детей появляется позже, по мере созревания структур мозга, ответственных за управление сложно-координированными актами: примерно, к пяти годам.

В младшем школьном возрасте в процессе спонтанного пения дети могут использовать все регистры своего голоса: как грудной и фальцетный, так и смешанный, в зависимости от художественной задачи и высоты тона.

Фальцетный голос локализуется чаще всего на высоких и средних тонах голоса, примерно от  $f_1$  и до  $b_2$ . Область звучания грудного голоса, как правило, совпадает с речевым диапазоном:  $g_m - f_1$ , что подтверждается практическими наблюдениями педагогов-вокалистов и врачей-фониатров.

Певческий голос детей, необученных пению, близок к речевому голосу не только по диапазону, но и по тембру. Физиологической предпосылкой данного наблюдения является тот факт, что развитие гортани человека как в филогенезе, так и в онтогенезе связано, прежде всего, с речевой функцией.

Поскольку в речи дети, как правило, используют грудной голос, то такое звукообразование в пении следует считать естественным функциональным проявлением их голосового аппарата. Однако использование грудного регистра в пении может пагубно отразиться на развитии голоса детей, если будут нарушаться пределы соответствующего ему диапазона и допускаться форсировка звука.

С точки зрения фониатрических наблюдений каждый голосовой регистр образуется в результате различных способов колебаний голосовых складок.

Как у детей, так и у взрослых певцов при грудном звучании они колеблются всей своей массой и смыкаются плотно по всей длине голосовой щели. Фальцетный же звук образуется за счет неполного смыкания колеблющихся краев голосовых складок, т. е. собственно голосовых связок — ленточнообразных полосок, обрамляющих голосовую щель.

В результате голосовые складки колеблются лишь своими утонченными краями. Голосовая щель полностью не замыкается, так как голосовые складки в каждом цикле колебаний лишь сближаются и удаляются друг от друга.

Функционирование голосового аппарата у детей в пении даже в пределах одного и того же возрастного периода характеризуется индивидуальными особенностями.

У детей младшего школьного возраста (7–10 лет) по-разному проявляется склонность к преимущественному использованию того или иного регистрового биомеханизма, в зависимости от типа голоса от природы, вокальных способностей, физического и музыкального развития, методики обучения и пр.

Из практической работы с детьми было замечено, что дети с хорошо развитой вокальной моторикой чаще используют фальцетный способ звукообразования или микст, близкий к фальцету. Дети же с нарушенной координацией между слухом и голосом пользуются в основном грудным голосом или микстом, близким к грудному типу.

В использовании биомеханизмов звукообразования младшими школьниками можно наблюдать существенные различия в зависимости от возраста.

У учащихся первых классов по сравнению с третьеклассниками чаще обнаруживается склонность к использованию чистых регистров: грудного или фальцетного.

С возрастом певческий голос детей постепенно начинает отличаться от речевого голоса как по тембру, так и по диапазону. Если у первоклассников они почти совпадают, то у большинства третьеклассников в результате обучения певческий голос звучит выше речевого и в более широком диапазоне, что определяет и их тембровые различия.

Таким образом, не у всех детей в возрасте от 7 до 10 лет регистровые биомеханизмы голоса используются одинаково. Несмотря на уже появившуюся у них способность к смешанному голосообразованию, при спонтанном пении у детей чаще всего проявляется склонность к использованию *натуральных голосовых регистров: фальцетного или грудного.*

Использование того или иного голосового регистра определяет локализацию голосового диапазона, его силу, тембр и оказывает влияние на чистоту звуковысотного интонирования.

Однако необходимо заметить, что использование регистровых биомеханизмов детьми младшего школьного

возраста зависит от *методики обучения*. Проявляя склонность при спонтанном пении к одному из голосовых регистров, в процессе обучения вокалу по принципу подражания дети демонстрируют способность легко перестраиваться с одного голосового регистра на другой по заданию педагога.

Способность к звукоподражанию у детей в данном возрасте достигает своей кульминации, после чего она постепенно угасает. Поэтому обучение детей пению до 10-летнего возраста, как правило, происходит намного успешнее, чем в более позднем возрасте.

Опыт работы с младшими школьниками свидетельствует о том, что при обучении их пению на основе какого-либо одного голосового регистра приводит к одностороннему развитию их голосов.

Наиболее гармоничного и полноценного развития мышечных систем голосового аппарата детей можно добиться только при условии, если методику их вокального воспитания учитель будет строить на основе использования *всех голосовых регистров, присущих человеку от природы и непременно в соответствующем им диапазоне*.

Освоение регистровых биомеханизмов в процессе обучения необходимо строить поэтапно, на основе принципа дидактики: от простого к сложному, а, следовательно, *от натуральных регистров к смешанным*.

Следует отметить еще одну особенность, присущую детям младшего школьного возраста. Имеется в виду наличие порой *суущественных дефектов речи*: шепелявость или невыговаривание некоторых согласных (чаще всего р, с, л, ш), а также типичная вялость работы артикуляционного аппарата как в речи, так и в пении.

Данное обстоятельство выдвигает перед учителем музыки начальных классов дополнительные задачи по исправлению различных недостатков произношения в процессе вокальной работы с детьми.

С окончанием младшего школьного возраста заканчивается период собственно детского голоса. При дальнейшем развитии организма ребенка детский голос относительно плавно или скачкообразно превращается во взрослый голос: мужской или женский. Это превращение называется *«мутацией голоса»*, которая происходит по-разному как у девочек, так и у мальчиков.

## АКУСТИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ДЕТСКОГО ГОЛОСА

О наступлении предмутационного, собственно мутационного и послемутационного периодов в развитии голосов учащихся учитель музыки может судить по изменениям акустических характеристик их звучания.

К основным акустическим характеристикам певческого голоса относятся: тембр, звуковысотный и динамический диапазоны.

Все три характеристики зависят, прежде всего, от возраста ребенка и типа регистрового биомеханизма, используемого данным учеником при пении.

*Фальцетный звук голоса* как у детей, так и у взрослых характеризуется бедностью тембра, широким звуковысотным и узким динамическим диапазонами голоса.

Бедность тембра обусловлена тем, что в спектре фальцетного звука содержится не более трех гармонических составляющих (обертонов).

Широкий звуковысотный диапазон открывается за счет верхних звуков, типичных для фальцетного способа звукообразования, достигающих до  $b_2$ – $c_3$  и выше. Кроме того, хорошо известно, что любой певец (ребенок или взрослый) после соответствующей тренировки может пропеть фальцетом практически весь диапазон своего голоса: от самых высоких звуков до самых низких.

Небольшая сила голоса при этом зависит от характера колебаний источника звука: голосовые складки вибрируют не всей своей массой, а лишь своими утонченными краями и с малой амплитудой. При фальцетном режиме работы гортани модуляции по динамике очень ограничены. Поэтому добиться разнообразия нюансировки при фальцетном пении практически невозможно.

*Грудной звук голоса*, напротив, характеризуется богатством тембра, более широким динамическим диапазоном, но узким звуковысотным, локализующимся в области нижних тонов голоса:  $g_m$ – $f_1$ .

В спектре грудного звука по сравнению с фальцетом содержится гораздо большее количество обертонов, в зависимости от возраста и типа голоса. Чем меньше и физически слабее ребенок, тем беднее будет спектр его грудного голоса:

примерно, 10 или более гармонических составляющих. У взрослых оперных певцов в спектре голоса можно насчитать их до нескольких десятков.

Сила голоса при этом способе голосообразования может меняться в более широких пределах, что обеспечивает относительное разнообразие нюансировки при пении.

Узость звуковысотного диапазона связана с особенностями работы гортани при грудном режиме фонации, что и является чаще всего причиной неправильного интонирования в пении у детей.

Дело в том, что биомеханизм грудного звучания голоса основан на полном колебании голосовых складок. Такой режим их работы управляется за счет напряжений и расслаблений мышц, залеженных внутри самих голосовых складок. Это позволяет менять параметры колебательной системы лишь в небольших пределах. Голосовые складки при настрое на грудной способ фонации делаются толстыми и малоподвижными. Возможности изменений параметров колебательной системы, а, следовательно, и модуляций по звуковысотному диапазону при этом становятся весьма ограниченными.

Поэтому детям при грудном способе звукообразования трудно правильно пропеть какую-либо мелодию в диапазоне, превышающем терцию или кварту. Даже при наличии достаточно хорошего музыкального слуха они «гудят» в пределах звукоряда из 2–3 звуков. Таких детей обычно называют «гудошниками», и данное явление, к сожалению, достаточно часто встречается на уроках музыки в общеобразовательных школах.

В большинстве случаев причина существования «гудошников» не сенсорная, а функциональная, когда ребенок чаще всего хорошо слышит, что он поет не тот звук по высоте, который задан учителем, а спеть его правильно не может. Про таких детей говорят, что у них отсутствует координация между слухом и голосом.

Если причина неправильного интонирования только в том, что ребенок, обладающий нормальным звуковысотным слухом, при пении использует лишь грудной биомеханизм звукообразования, то это можно легко устранить, перестроив его голос на другой способ звукообразования — фальцетный. При этом возможности голосового аппарата

по звуковысотным модуляциям резко возрастут, хотя голос станет тише и беднее по тембру.

Следует отметить, что характер звучания грудного регистра детей по сравнению с таковым у взрослых имеет свою специфику в отношении тембра, интенсивности и звуковысотного диапазона в силу ряда причин объективного и субъективного порядка.

С возрастом изменения тембрового звучания голоса детей идут по пути постепенного обогащения обертонами грудного и различных типов смешанного звукообразования.

Таким образом, к возрастным признакам звучания голоса детей относится его сила и тембровая насыщенность нефальцетных способов фонации, которые по мере роста детского организма и развития голосового аппарата, а также в результате вокальной тренировки постепенно прогрессируют. Ширина же звуковысотного диапазона зависит не от возраста, а от уровня развития вокальных навыков и регистрового биомеханизма.

Так как высота тона тесно связана с типом регистра, то певцам легче петь грудным голосом на низких звуках своего диапазона, а фальцетом — на высоких. Пользуясь смешанным типом голосообразования, можно спеть большую часть звуков, расположенных в середине общего диапазона голоса певца.

Необходимым условием для правильного голосообразования является соответствие типа регистрового биомеханизма данной высоте тона. Каждый регистр имеет свой диапазон. Чрезмерное преобладание грудного регистра при пении тонов, расположенных выше  $f_1$  неизбежно приводит к появлению избыточного напряжения в звучании голоса и, как правило, является причиной детонации.

В процессе обучения детей пению в любом возрасте следует идти по пути постепенного расширения звуковысотного диапазона голоса. Для настройки голоса на правильное звукообразование перед распеванием голоса целесообразно начинать с чтения нараспев (по принципу псалмопения) слов песни или какого-либо стихотворения на одной высоте в пределах речевого диапазона. При пении вокальных упражнений сначала следует опускаться по диапазону вниз, а затем подниматься вверх. Расширение голоса вверх

должно идти очень постепенно, малыми шагами. После определенной тренировки можно считать, что в большинстве случаев рабочий звуковысотный диапазон, допустимый для детей младшего школьного возраста, будет соответствовать, примерно, октаве:  $d_1-d_2$ .

Сила их певческого голоса, особенно при фальцетном способе звукообразования, небольшая. Поэтому в работе с детьми не следует допускать даже попытку слишком громкого пения, так как ничто так не разрушает голос, как форсировка звука, а особенно — пение надсадным грудным голосом в высокой тесситуре, т. е. выше  $f_1$ .

*Различные типы смешанного звукообразования* по своим качественным характеристикам занимают промежуточное положение между двумя крайними типами. Формирование смешанного звукообразования у детей — задача второго этапа вокальной работы с ними, так как оно является более сложным по своему биомеханизму.

Смешанное (или микстовое) звукообразование создает оптимальные условия для выравнивания регистрового звучания голоса на всем диапазоне, использования различных нюансов и тембровых красок в процессе исполнения вокальных произведений. Оно лежит в основе методики развития певческого голоса, присущей традициям русской вокальной школы.

## **ПЕВЧЕСКИЙ ГОЛОС ДЕТЕЙ ПРЕДМУТАЦИОННОГО ВОЗРАСТА**

Переход на эту стадию развития детского голоса происходит плавно, без особо заметных скачков и срывов. Нефальцетные типы звучания голосов детей 10–12 лет становятся более насыщенными по тембру.

Если дети систематически обучались пению, то в этот период детские голоса достигают своего расцвета. Их рабочий звуковысотный диапазон резко возрастает:  $g_m-e_2$ . Более существенными становятся различия по тембру между сопрано (или дискантами у мальчиков) и альтами. Звучание детского хора данного возрастного периода отличается большим разнообразием нюансировки и тембровых красок, благодаря утвердившейся возможности использовать все регистры своих голосов.

Возраст детей 10–12 лет считается самым благотворным для привлечения их к хоровому пению. Однако учителю следует иметь в виду, что между развитием детей 10-ти и 12-ти лет существует большая разница.

У большинства детей к 10-ти годам строение голосового аппарата еще детское. Поэтому их звук даже грудного регистра еще недостаточно богат обертонами.

В 12 лет у детей нередко наблюдается бурное развитие организма. В результате повышается упругость стенок верхних резонаторов: области мягкого неба и надгортанных полостей, что отражается на качестве звучании их голосов.

Снова наблюдается диспропорция в развитии голосового аппарата. По наблюдениям фоониатров сильный рост хрящей гортани может сочетаться с медленным ростом голосовых складок.

К концу предмутационного возраста у детей нередко наблюдается ощущение усталости и появление затруднений в пении, особенно на верхних тонах своего диапазона. Данные признаки указывают на скорое наступление периода мутации.

## **МУТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД В РАЗВИТИИ ДЕТСКОГО ГОЛОСА**

«Мутация» в переводе с латинского языка означает «перемена» или «смена».

В практике детского пения можно наблюдать разные ее формы и сроки. Мутация может протекать быстро или относительно долго, мало заметно или болезненно. Она может начинаться в 13–14 лет или значительно позже: в 16–17. Запоздалая мутация связана с задержкой общего развития организма или с расстройством функции эндокринных желез, а слишком ранняя — с явлением акселерации у современных детей.

*Смена голоса у детей* — явление чисто физиологическое, связанное с половым созреванием организма в подростковом возрасте. В этот возрастной период их голосовой аппарат претерпевает большие изменения. Если до 12 лет происходит постепенный и малозаметный рост гортани, то в этот период как у мальчиков, так и у девочек гортань

значительно увеличивается как в продольном, так и в поперечном направлении.

*До мутации* гортань мальчиков мало чем отличалась от гортани девочек. Пластины щитовидного хряща из-за малых размеров не были видны по средней линии шеи, а в *период мутации* угол соединения их в виде так называемого кадыка у мальчиков становится более острым и поэтому весьма заметным. Гортань девочек в этом возрасте остается более округлой по сравнению с мальчиками и отстает от них в своем росте в длину.

*Размеры голосовых связок* у мальчиков увеличиваются по длине в полтора раза, а у девочек гораздо меньше.

*Тембровое звучание голосов* подростков при грудном и смешанном голосообразовании приобретает большую густоту за счет насыщения спектра звука обертонами. Голоса мальчиков по диапазону резко опускаются вниз: у будущих басов до С<sub>т</sub>, а у будущих теноров — до F<sub>т</sub>. Голоса девочек, теряя верхние ноты, опускаются, примерно, на терцию.

По мнению некоторых авторов, это связано с бурным ростом гортани и голосовых связок. Однако в специальной литературе по возрастной физиологии имеются сведения о том, что основная причина перемен в голосе в пубертатном периоде у детей заключается в *изменении функционирования органов внутренней секреции*. В результате данных возрастных изменений в кровь начинают активно выбрасываться гормоны, влияющие на жизнедеятельность всего организма и изменяющие свойства всех тканей тела, в том числе и мышц голосового аппарата.

О влиянии работы эндокринной системы на тембр голоса свидетельствуют многочисленные примеры из истории развития певческой культуры в Италии: голоса певцов-кастратов, лишенных соответствующих гормонов, сохраняли детское звучание, в то время как гортань, голосовые складки и объем их легких соответствовали параметрам взрослых людей. Таким образом, изменения качественных характеристик звучания голоса подростков зависят не столько от увеличения размеров голосового аппарата, сколько от перестройки работы эндокринной системы организма.

*Первыми признаками наступления мутации у детей* следует считать появление тусклости звучания их голосов, появление детонации, (если раньше ее даже не было),

осиплость, ощущение неудобства в горле при пении, срывы голоса, особенно на высоких нотах («петухи» у мальчиков), резкое падение силы голоса, быстрая утомляемость.

Наблюдения врачей-фоноиатров свидетельствуют о том, что голосовые расстройства у подростков в период полового созревания нередко сопровождаются устойчивым катаральным состоянием слизистой оболочки верхних дыхательных путей. Это выражается в набухании и покраснении краев голосовых связок, вызванном притоком крови к растущему органу.

Учителю необходимо иметь в виду, что всякие изменения в организме касаются не только его общего физического развития и роста голосового аппарата, но и нервно-психической сферы, сердечнососудистой и дыхательной систем. С этим связаны и резкие изменения их характера, поведения, настроения, вкусов, а также понижение работоспособности, что проявляется в быстрой утомляемости в процессе обучения пению.

В начале периода полового созревания голосовые изменения, происходящие у подростков независимо от пола, имеют сходные черты, а в дальнейшем наблюдаются и их различия.

У мальчиков изменения голосовой функции проявляются ярче, чем у девочек, у которых в большинстве случаев этот процесс протекает более сглажено, менее заметно. Поэтому некоторые авторы считают, что понятие о мутации как о ломке голоса относится исключительно только к мальчикам, а у девочек в этот период происходит не мутация, а эволюция голоса.

Иного мнения на этот счет придерживается Н. Д. Орлова [40].

Она считает, что мутация — это не только смена голоса, а глубинные процессы преобразования всей физиологии растущего организма, приобретающего черты, своеобразные для будущих мужчин и женщин. В связи с этим соответственно изменяется и тембр детского голоса, характеризующий признаки пола.

В период интенсивного роста организма у девочек наблюдаются значительные изменения в работе дыхательного аппарата, что не редко является причиной нарушения голосообразующей функции гортани. Эти нарушения, как

и у мальчиков, проявляются в потере чистоты интонирования, яркости тембра, падении силы голоса и пр.

Даже слабая выраженность мутационных изменений в голосовом аппарате у девочек не должна служить поводом для игнорирования их в процессе вокальной работы с под-ростками.

Самым существенным своеобразием полового развития девочек является появление у них *менструального цикла*. Сроки начала такого физиологического явления зависят от климатических условий местности. В средней географической полосе это относится чаще всего к 12–13 годам жизни. У жительниц же южных областей — раньше, а северных — позже. Однако в сроках появления менструальных циклов могут быть самые различные отклонения даже внутри одной и той же географической зоны в зависимости от общего физического развития организма девочек.

Скрытое развитие голоса, как бы мало заметное на слух, шло все время и до появления менструации. Между тем признаки полового развития учащихся педагогу нетрудно заметить по внешним признакам их физического строения тела и психического состояния. Если появилась вялость, слабость дыхания, усталость, нервозность, то необходимо уменьшать певческую нагрузку.

Через такое состояние проходят почти все девочки. Трудность заключается в том, что все эти явления у каждой из них происходят в разное время и для педагога важно их заметить, предупредить о выполнении определенного голосового режима: при наступлении менструального цикла 2–3 первых дня петь не рекомендуется.

Типично для этого возраста *состояние подавленности и пессимистичного* настроения, что создает для педагога дополнительные трудности в общении. Это требует большого терпения, такта, индивидуального внимания и регулирования певческих нагрузок. Именно в связи с этим девочки в возрасте 15–16 лет чаще всего уходят из хора. Чтобы предотвратить это, педагогу следует вести работу по стимуляции их интереса к певческой деятельности через репертуарную политику и исполнительскую деятельность, придающую личностный и социальный смысл их занятиям.

Своеобразие протекания процесса *мутации у мальчиков* заключается в том, что в этот период у них наблюдается не

просто детонация, а нередко *потеря координации* в работе голосового аппарата в пении вообще. Это связано с тем, что они утрачивают способность к смешанному голосообразованию, и голос их, как в раннем детстве, снова распадается на два натуральных регистра.

В этот период мальчики обладают как бы *двумя головами*: один тоненький — *фальцетный*, который звучит на высоких нотах голосового диапазона, в основном в первой октаве, а другой толстый — *грудной* в относительно узком диапазоне на низких нотах голоса, примерно, в пределах квинты в малой октаве.

### О ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТИ ЗАНЯТИЙ ПЕНИЕМ В ПЕРИОД МУТАЦИИ

У некоторых педагогов нередко возникают сомнения о целесообразности занятий пением с подростками в период мутации. Этот вопрос следует решать по-разному, в зависимости от характера протекания мутации, но в любом случае к учебным нагрузкам следует подходить с большой осторожностью.

Практические наблюдения свидетельствуют о том, что в настоящее время мутационные процессы у детей протекают *ускоренно*. Признаки мутации, особенно у мальчиков, появляются нередко уже в 5 классе. Кроме того, замечено, что характер протекания мутации зависит от предшествующего певческого развития: если ребенок пел, да еще и правильно, то смена голоса происходит быстро и без особых осложнений.

По мнению большинства педагогов, систематические, но весьма *умеренные занятия пением с подростками в период мутации облегчают и ускоряют этот нередко болезненный процесс*.

Чешский педагог Сейман считает, что *сходящее пение в период мутации является благотворным для голоса*. Однако он *рекомендует при пении использовать только грудной регистр голоса и запрещает использовать высокие звуки и вообще петь фальцетом*.

Последнее, на наш взгляд, является спорным. Если фальцетный (головной) регистр у ребенка звучит напряженно, то можно использовать вокальные упражнения, основанные на

октавных скачках через регистровый порог. В этом случае будет равновесно тренироваться как внутренняя мышечная система, управляющая грудным регистром, так и внешняя, управляющая фальцетом. Такие упражнения не могут принести вреда, а лишь подготовят почву для формирования смешанного голосообразования в дальнейшем.

О возможности и целесообразности занятий пением с подростками в период мутации можно найти различные точки зрения как в старых, так и в современных работах зарубежных и отечественных авторов.

Большинство из них сходятся во мнении о том, что *занятия возможны*, но нужна большая осторожность со стороны педагога. Нельзя использовать крайние тоны диапазона и большую силу звука. Необходимо бережно относиться к голосовому аппарату подростка, который в период своего усиленного роста можно легко повредить.

Особенно необходим в этом возрасте *индивидуальный подход* к учащимся, так как сам процесс мутации протекает по-разному, в зависимости от особенностей развития и функционирования организма и от пола ребенка. Педагогу следует иметь в виду, что сроки наступления мутации тоже могут быть разными. Например, у девочек в среднем интенсивное развитие голосового аппарата начинается с 13 лет, а у мальчиков — позже: с 14–15.

В этот возрастной период на каждом уроке педагог должен особенно внимательно вслушиваться в звучание голосов своих учеников и, наблюдая за их развитием, определять их певческий режим в отношении диапазона, силы голоса, репертуарных нагрузок и продолжительности занятий.

В работе с мутирующими мальчиками диапазон вокальных упражнений необходимо ограничить, так как их голоса, как правило, резко опускаются вниз, звуковысотный диапазон суживается, сила голоса падает.

В работе с девочками наблюдается иная картина: сила голоса резко возрастает, диапазон опускается вниз незначительно: только на 1–2 тона и лишь на короткое время, тембр голоса обогащается.

У педагога, не учитывающего особенности развития девочек-подростков, возникает соблазн использовать такие возможности их голоса в исполнительской практике. В результате злоупотребления голосовыми нагрузками

у девочек можно гораздо быстрее сорвать голос, чем у мальчиков.

От неправильного обучения детей пению нередко нарушается нормальное певческое развитие, прежде всего *самых одаренных детей*, так как их голоса подчас эксплуатируются без какого-либо учета их нервных и физических сил. В результате неумеренных нагрузок при их пении в хоре в период мутации нередко наблюдается массовая порча детских голосов, составляющих генофонд отечественного вокального искусства.

Таким образом, без знаний особенностей роста детей, которые имеют свои фазы интенсивного развития, нельзя организовать занятия с учащимися так, чтобы не повредить им.

Если же педагог не знаком с возрастными особенностями развития голоса в переходный период, то *занятия с подростками лучше прекратить, чем их калечить*. При знании же своего дела занятия во время мутации *возможны*, но при соблюдении необходимых мер предосторожности.

## ПОСЛЕМУТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД РАЗВИТИЯ ПЕВЧЕСКОГО ГОЛОСА

Данный период обычно совпадает с юношеским возрастом: 16–18 лет, когда голоса уже обладают элементами взрослого звучания. Однако по сути своей это еще не взрослые голоса. Специальные исследования показывают, что сила их мышц лишь начинает приближаться к норме взрослого организма. Поэтому щадящие певческие нагрузки в послемутационном возрасте также необходимы, как и в период мутации.

Для этого возрастного периода характерно то, что еще могут проявляться остаточные явления мутации: неравномерность звучания голоса на всем диапазоне по силе и тембру, возможны нарушения координации в работе голосового аппарата, пестрота гласных, тусклость тембра, быстрая утомляемость и пр.

Голоса юношей и девушек, пройдя перелом, еще относительно долго продолжают формироваться в процессе возмужания и роста всего организма. Развитие и укрепление голоса идет очень постепенно.

В литературе по возрастной анатомии есть указания на то, что рост голосового аппарата человека продолжается и после мутационного периода. Мужскую гортань можно сравнивать с женской гортанью лишь только к 30 годам, так как после отрочества она продолжает расти понемногу, а иногда и может резко увеличиться.

Характер функционирования голосового аппарата в пении сказывается на его звучании и развитии в дальнейшем.

Неправильное пение в период мутации неблагоприятно сказывается на голосе и в юношеском возрасте. Неумеренная сила голоса при пении, как правило, приводит его к срыву.

После мутации гортань юношей и девушек не сразу способна к правильному звукообразованию, так как снова проявляется явление диспропорции в развитии голосового аппарата: рост резонаторов обычно идет медленнее, по сравнению с другими его частями. Поэтому достижение правильной координации их в работе целостной голосообразующей системы происходит опять в других условиях, что требует формирования новых двигательных навыков.

В этом возрасте нередко наблюдается смена типа голоса, чаще всего в сторону более низкого. Голоса легких сопрано могут переходить в драматические или даже в меццо-сопрано. По наблюдениям В. А. Багадурова встречаются случаи, когда у девушек в 20 лет голос еще не «установился», а также случаи, когда в возрасте от 20 до 25 лет вновь появляются симптомы, очень схожие с мутационными.

При умеренном певческом режиме и правильном звукообразовании на предыдущих этапах работы голоса юношей и девушек развиваются плавно и постепенно. Умения и навыки владения новым взрослым голосом формируются быстрее и становятся устойчивыми. Тембр голоса делается полнее и ярче. Однако учителю всегда нужно помнить, что на любом этапе развития голоса не следует увлекаться чрезмерной силой звука, так как от этого разрушаются лучшие вокальные качества голоса.

*Залогом здорового развития голоса* в любом возрасте является: свободное, ненапряженное пение на хорошей опоре, ровное и округлое звучание гласных, мягкая атака звука, сглаженность регистровых переходов, чистая интонация, близкая и высокая вокальная позиция, которая

контролируется полноценным озвучиванием головных резонаторов на всем диапазоне голоса.

Все эти качественные характеристики эталона звучания певческого голоса могут быть достигнуты только на основе хорошо развитого вокального слуха, прежде всего у преподавателей пения, а затем и у самих учеников.

*Итак, при любом методическом подходе к процессу обучения пению учителю следует знать, чего особенно нельзя допускать ни при каких обстоятельствах:*

- форсированного пения и фальшивой интонации;
- переутомления учащихся в результате чрезмерной продолжительности занятий;
- непосильного вокального репертуара в отношении звуковысотного диапазона, высокой tessитуры, объема произведения, содержания текста, темпа, ритма, длины музыкальных фраз, характера звуковедения и пр.;
- нарушения норм правильного звучания голоса с самого первого урока;
- использования грудного регистра за пределами соответствующего ему звуковысотного диапазона, т. е. выше  $f_1$ ;
- увлечения концертной деятельностью и особенно сольными выступлениями;
- пения в душных помещениях с плохой акустикой.

Все вышесказанное учителю необходимо учитывать при организации хоровых занятий с детьми.

#### **ВОПРОСЫ К СЕМИНАРУ ПО ТЕМЕ «ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ХОРОВОГО ПЕНИЯ В ШКОЛЕ»**

1. В чем заключаются особенности певческих традиций русской музыкальной культуры?

2. Какова направленность вокально-хоровой работы с учащимися?

3. Что такое «вокальный слух» и методы его развития у детей?

4. В чем проявляется взаимосвязь между методикой вокальной работы и теорией познания?

5. Какова структура певческой деятельности?

6. Какие этапы развитие певческого голоса можно считать основными?

7. В чем проявляются возрастные особенности детского голоса с позиций физиологии?

8. Какова регистровая структура детского голоса?
9. Особенности акустических характеристик детского голоса?
10. Что такое «мутация» детского голоса и как это проявляется в процессе певческой деятельности?
11. Можно ли заниматься пением с подростками в период мутации?

#### МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА

##### Основная

- Морозов В. П.* Искусство резонансного пения. — М., 2009.
- Николаева Е. В.* Музыкальное образование в России. — М., 2009.
- Стулова Г. П.* Акустико-физиологические основы вокальной работы с детским хором. — М., 2005.

##### Дополнительная

- Детский голос.* / под ред. В. Н. Шацкой. — М., 1970.
- Стулова Г. П.* Развитие детского голоса в процессе обучения пению: монография. — М., 1992.

---

---

## Глава 2

# МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К РАБОТЕ С ДЕТСКИМ ХОРОМ

### ХАРАКТЕРИСТИКА ТРЕХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП ДЕТСКОГО ХОРА

Звучание детских голосов по основным своим параметрам, примерно, соответствуют голосам женского хора. Отличие заключается, главным образом, в характере тембрового звучания.

Как выше было сказано, голосовой аппарат детей отличается от взрослых по своей анатомической и морфологической структуре. У детей более короткие и тонкие голосовые складки, меньший объем легких, большая гибкость хрящевого остова гортани и дыхательных путей. Тембру их голоса свойственно высокое головное звучание, характерная легкость, «серебристость» (особенно у мальчиков).

Обычно детские хоровые коллективы делятся по возрастному признаку на 3 группы:

1. *Младший школьный возраст*: от 7 до 10 лет. Для них типично облегченное звучание тембра голоса, довольно небольшой диапазон:  $c_1-c_2$  или  $d_1-d_2$ , небольшая сила звука:  $p-mf$ . В звучании голосов младших школьников нет существенного различия между мальчиками и девочками. В репертуар хора младших школьников обычно входят одногласные и несложные двухголосные произведения.

2. *Средний школьный возраст*: от 11 до 13–14 лет. Постепенно проявляется более насыщенное звучание голоса. Несколько расширяется диапазон:  $c_1-e(f)_2$ . При восприятии на слух наблюдается некоторая дифференциация звучания голосов мальчиков и девочек. У девочек прослеживается развитие женского тембра. У мальчиков появляются достаточно определенно окрашенные грудные тоны.

Диапазон партии *сопрано*:  $c(d)_1-f(g)_2$ ;  
партии *альтов*:  $a_m-d(e^b)_2$ .

В этом возрасте исполнительские возможности детей более широкие. В репертуар можно включать двух и трехголосные произведения гармонического склада, а также несложные полифонические хоровые сочинения.

3. *Старший школьный возраст*: 14–16 лет. В основной массе голоса подростков считаются вполне сформировавшимися. В их голосах смешиваются элементы детского звучания с элементами взрослого голоса. Выявляются индивидуальные различия в отношении тембрового звучания. Значительно расширяется диапазон: до 1,5–2 октав. В певческом процессе они могут пользоваться всеми регистрами своего голоса. У мальчиков тембр грудного регистра становится более насыщенным, чем у девочек.

В репертуаре старших хоров уже присутствуют произведения композиторов различных стилей и эпох.

У девочек заканчивается формирование голоса. Мальчики переживают период мутации и поэтому редко в этом возрасте поют в хоре.

### О ЗОНЕ ПРИМАРНОГО ЗВУЧАНИЯ ГОЛОСА ДЕТЕЙ

Большое значение для успешной работы хормейстера имеет правильное представление о *зоне примарного звучания, переходных звуках и звуковом диапазоне детского голоса*. Это позволит ему определить участок звуковой шкалы, удобный для пения, а также выбрать соответствующий репертуар, способствующий дальнейшему развитию детского голоса.

*Примарные звуки* — это такие звуки голоса, которые звучат наиболее естественно и непринужденно по сравнению с другими тонами голоса, так как они образуются на основе правильной координации между всеми звеньями голосового аппарата от природы.

По мнению ряда специалистов у большинства детей до мутационного возраста зона *примарного звучания*  $f_1-a_1$ , с которых и следует начинать распевание хора.

Другие специалисты и педагоги считают, что эта зона расположена значительно ниже и совпадает с диапазоном

речевого голоса детей. Ее расположение на шкале частот меняется в зависимости от возраста и методов обучения пению.

М. И. Глинка — основоположник русской вокальной школы считал, что *примарные тоны голоса певца совпадают с тонами его спокойной речи.*

По исследованиям современных специалистов было доказано, что среднее значение высоты примарного тона певческих голосов необученных пению детей —  $c_1$ . Это соответствует середине диапазона их грудного регистра, вокруг которой и локализуется в большинстве случаев речевой голос детей, независимо от возраста [12].

### ПЕРЕХОДНЫЕ ЗВУКИ ПЕВЧЕСКОГО ГОЛОСА

*Переходные звуки* — это такие звуки, которые расположены на границах голосовых регистров.

Вопросы о переходных звуках, голосовых регистрах и звуковысотном диапазоне певческого голоса тесно связаны между собой.

Как уже было сказано, диапазон *грудного* регистра детей обычно сосредоточен в пределах:  $g_m - f_1$ . Переходными звуками между грудным и смешанным регистрами считаются  $d_1 - f_1$ . Следовательно,  $f_1$  можно считать верхней границей между грудным регистром и смешанным. Если попросить подростка петь дальше по звукоряду грудным голосом, например, на гласный звук «А», то в его голосе начнет накапливаться напряженность звучания.

Если он продолжит петь дальше восходящую гамму смешанным голосом, то опять наступает предел, где голос как бы ломается, соскальзывая на фальцет. Обычно это происходит в диапазоне  $d_2 - f_2$ . Однако бывают случаи, когда перелом голоса наступает ниже: на звуках  $a_1, h_1, c_2$ , после чего голос переходит на фальцетное звучание. Микстовым регистром удобно петь на середине диапазона:  $e_1^b - e_2^b$ .

Таким образом, диапазоны голосовых регистров могут перекрывать друг друга. Это позволяет использовать различные тембровые краски голоса на одной и той же высоте тона в зависимости от исполнительских задач.

Переходные звуки в голосе у детей могут быть ярко выражены, а могут оставаться незаметными. Если петь восходящий звукоряд грудным регистром, то в определенном месте перелом в голосе наступит неизбежно. Если же петь нисходящий звукоряд, начиная от самых высоких тонов диапазона своего голоса, очень тихо, стараясь сохранять фальцетное звукообразование и при пении на низких звуках, то никаких переломов в голосе можно и не заметить.

На этой закономерности и основан принцип построения вокально-тренировочных упражнений для выравнивания регистрового звучания голоса или для выравнивания регистровых переходов: нисходящий звукоряд с постепенным облегчением звука голоса при движении вниз.

При пении восходящего звукоряда грудным регистром избыточное напряжение звучания голоса обычно появляется за кварту до переходных тонов. Зная это, следует постепенно начинать облегчать звук за счет ослабления динамики, смягчения атаки звука и округления гласных.

## **О ПРОСЛУШИВАНИИ ДЕТЕЙ, ПОСТУПАЮЩИХ В ХОР**

Прослушивание детей, поступающих в певческий коллектив, обычно происходит в условиях индивидуального общения с ребенком.

Для начала важно выяснить следующее:

- качество музыкального слуха;
- наличие координации между слухом и голосом;
- ширину звуковысотного диапазона голоса;
- преобладающий тембр голоса;
- музыкальную память.

Для оценки качества музыкального, в частности, звуковысотного слуха достаточно попросить ребенка повторить отдельные звуки за фортепиано или с голоса педагога. Если ребенок не может правильно повторить заданный звук, то попросите его определить на слух разницу по высоте двух звуков, сыгранных последовательно. Если он справился с задачей, то это свидетельствует о том, что звуковысотный слух у ребенка есть, но нет координации между слуховым восприятием и голосообразованием. Обычно

со временем в процессе вокальной работы этот недостаток устраняется.

Звуковой объем голоса от самого нижнего до самого верхнего тона называется звуковысотным диапазоном.

*Нижний предел* голоса можно однозначно установить путем исполнения по секвенции нисходящего поступенного звукоряда или по трезвучию. Однако определение *верхнего предела* диапазона голоса зависит от способа его измерения.

1-й способ: испытуемый исполняет короткую попевку из трех звуков вверх и вниз на слог «по» *staccato*, которая повторяется по хроматической восходящей секвенции и доводится до предела, пока голос ребенка звучит еще без напряжения;

2-й способ: испытуемый исполняет более длинный восходящий звукоряд на гласный «а» *legato*, например, гамму до-мажор.

В результате измерения звуковысотного диапазона по первому и второму способам у одного и того же испытуемого может быть установлен разный верхний предел голоса, так как первый способ рассчитан на сглаживание регистров, а второй — на выявление границы натуральных регистров.

Когда ребенок будет петь поступенный восходящий звукоряд грудным голосом, то по мере приближения к переходным звукам в его голосе постепенно начинает накапливаться избыточное напряжение и тогда необученный певец прекращает петь, так как ему кажется, что выше он петь не может.

Однако, если настроить голос ребенка на фальцетный способ звукообразования, то он сможет спеть выше и неожиданно для него откроется ряд звуков на целую октаву выше и даже более этого.

Поэтому при оценке звуковысотного диапазона голоса необученных певцов очень важно учитывать тип регистрового звучания его голоса по тембровому признаку.

Оценка качества тембрового звучания голоса необходима для выявления типа голоса: сопрано или альты. Однако распределение учащихся по хоровым партиям следует делать несколько позже, т. е. в процессе работы, когда тембр их голосов проявится более определенно.

## ФУНКЦИОНАЛЬНОЕ НАЗНАЧЕНИЕ ВОКАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ

Занятия с хором, как правило, начинаются с распевания, которое обычно выполняет несколько функций:

- 1) разогревание голосового аппарата;
- 2) настройка на правильно координированное его функционирование;
- 3) развитие вокально-хоровых навыков для достижения качественного и красивого звучания голоса при исполнении произведений;

4) создание эмоционального настроения и включение голосового аппарата в работу с постепенно увеличивающейся нагрузкой (фонация на одном звуке, затем расширение звуковысотного и динамического диапазона, достижение четкости артикуляции, постепенное обогащение тембра);

5) тренировка выносливости голосового аппарата певцов с целью повышения их работоспособности и охраны детского голоса.

## РАБОТА НАД ОСНОВНЫМИ НЕДОСТАТКАМИ В ПЕНИИ У ДЕТЕЙ

*Каковы же наиболее распространенные недостатки у детей в пении?*

Это интонационно неточная атака звука, зажатая нижняя челюсть, гнусавый звук, плоские или пестро звучащие гласные, плохая дикция, шумный вдох или короткий фонационный выдох, затухание звука внутри длинных нот, форсировка звука, *portamento* при переходе с одного тона на другой, замедленное произношение слогов, снятие с дыхания концов фраз, напряженное звучание голоса особенно в высокой тесситуре, неправильное использование голосовых регистров при пении восходящих и нисходящих интервалов, бессмысленное произношение слов, отсутствие эмоциональной выразительности в пении и др.

Распевание хора организует и дисциплинирует детей и способствует формированию основных певческих навыков: дыхания, звукообразования, звуковедения, правильного произношения слов и пр.

На распевание хора обычно отводится 10–15 минут в начале урока. Петь во время распевания лучше стоя.

Комплексы упражнений для распевания должны быть хорошо продуманы и повторяться систематически.

Для формирования навыков дыхания, атаки звука, звуковедения и дикции при распевании руководителю хора нужно давать различные упражнения. Однако эти упражнения не следует менять на каждом уроке. Дети должны хорошо понимать цель упражнения и тогда с каждым занятием качество их исполнения будет улучшаться.

Распевание должно быть тесно связано с изучением нотной грамоты и с задачами освоения песенного материала. Иногда упражнения могут носить эпизодический характер, чаще всего это трудные для исполнения фрагменты из учебного репертуара. В любом случае тренировочные упражнения не должны рассматриваться как самоцель в хоровой работе, так как они являются ещё и средством овладения вокально-хоровыми навыками.

В процессе распевания не всегда следует доходить до крайних звуков диапазона. В профессионально подготовленном хоре сопрано можно распевать до звуков  $as_2 - b_2$ , а в начинающем школьном хоре — до  $f_2 - g_2$ .

А. В. Свешников обычно начинал работу с детским хором с пения гласной «а» на одном, относительно долго выдержанном звуке, хотя и считал её самой трудной гласной в пении. Если рассматривать певческую традицию, гласная «а» наиболее часто употребляемая гласная, потому как дети обычно поют её естественно и непринужденно. В их манере голосообразования еще присутствуют от природы те качества, которые с возрастом утрачиваются.

Чтобы настроить голоса детей на правильное звукообразование, сосредоточить их внимание и привести в рабочее состояние следует начинать распевание с выстраивания унисона при пении закрытым ртом:



Это упражнение следует исполнять ровным по силе голосом без толчков, на основе равномерного фонационного выдоха и при непрерывном общем звучании хора, используя прием цепного дыхания. Мягкие губы должны смыкаться неплотно, а зубы — быть слегка разомкнутыми. Атака

звука всякий раз после возобновления дыхания должна быть мягкой и интонационно точной, т. е. без подъезда. В дальнейшем это упражнение можно петь с постепенным ослаблением и усилением звучания голоса:



Следующее упражнение №3 следует петь на слоги «ма» или «да», так как это будет способствовать формированию навыка пения в речевой позиции глотки и гортани. Очень важно добиваться сохранения правильной формы рта при произношении гласной «а» и соблюдения правила: пока тянется звук, рот не должен закрываться. Кроме этого, следует приучать детей следить за быстрым и четким произношением согласных звуков «м», «д». При этом необходимо обращать внимание на плотность смыкания упругих губ и активность работы кончика языка.



Очень полезно как для пения упражнений, так и для вокализации разучиваемых произведений использовать слоги «лю» или «лѐ». Такое сочетание звуков способствует естественному образованию близкой вокальной позиции и активизации кончика языка, от чего, в принципе, и зависит хорошая дикция. При пении согласной «л» нужно следить за фонетической определенностью ее произношения. При слабой работе языка она не получится. Если согласная «л» произносится четко упругим кончиком языка, активно прикасаясь к деснам над верхними зубами, то гласные «ю», «ѐ» получаются в близкой вокальной позиции автоматически.



При переходе с одного звука на более высокий звук обычно в голосе учащихся появляется избыточное мышечное напряжение. Это свидетельствует о регистровой перегрузке

голоса на данном участке диапазона. В таком случае следует вернуться в примарную зону, откуда упражнение начиналось, снять форсировку звука, т. е. облегчить нижний звук и обратить внимание на внешнюю певческую установку.

Упражнение для развития *динамического диапазона* заключается в следующем: начиная со средней звучности сначала надо спеть какой-либо один по высоте звук на  $mf$ , а затем  $mp$  и, чередуя нюансы, постепенно повышать тон. Этот принцип пения следует соблюдать и при пении небольших мелодий или целых фраз из учебного репертуара. При пении  $mp$  необходимо сохранять активность подачи звука.

Упражнения для развития *звукового диапазона* хора выстраиваются по принципу постепенного расширения их звукорядов от примарных тонов сначала вниз, а затем вверх малыми шагами по секвенциям.

Первая задача — добиться унисона в хоре на одном звуке. Для этого полезно использовать сначала метод чтения нараспев на заданной высоте в диапазоне речевого голоса, т. е. в примарной зоне.

По мере того как продвигаются успехи детей в пении на одном тоне в унисон, следует постепенно расширять диапазон упражнений от секунды до квинты.

Следующие упражнения базируются на пении постепенных нисходящих или восходящих звукорядов. В зависимости от направления движения мелодии, голоса детей рефлекторно настраиваются, в первом случае на звучание ближе к фальцетному, а во втором — ближе к грудному типу. Диапазон этого упражнения:  $c_1 (d_1) - a_1 (h_1)$ .

В работе с хором нередко используется *вокализация на гласный звук «и»*. Эта фонема придает тембру голоса светлую окраску. При правильном формировании она приближает вокальную позицию, помогает избежать глухого звучания, способствует более плотному смыканию голосовых складок, за счет чего увеличивает энергетику голоса. В сочетании с различными согласными ее хорошо использовать в упражнениях на нисходящих звукорядах, а также для вокализации разучиваемых произведений.

При пении упражнений сверху вниз педагог должен следить за правильным формированием верхнего звука, а при нисходящем полутоне — за облегчением нижнего звука. Упражнения, построенные по принципу «сверху вниз»,

обычно используются для выравнивания регистровых переходов, так как более тонкое смыкание голосовых связок, присущее высоким звукам, автоматически переносится и на более низкие звуки. В этом смысле нисходящие звуко-ряды более удобные для голоса, чем восходящие.

Следующее упражнение — вокализация фраз из учебного репертуара на какой-либо слог. При смене слогов необходимо следить за определенностью и скоростью переходных процессов без *portamento*, а также не допускать звуковых провалов на каждой относительно длинной ноте. Это и лежит в основе формирования навыка пения *legato*, т. е. кантилены ( упр. № 5, 6).



Однако всякое пение начинается с *атаки звука*. Пение *staccato* представляет собой, как бы многократно повторяющуюся атаку звука. Этот способ звуковедения способствует формированию навыка точного попадания в заданную высоту тона, т. е. атаки звука и перехода со звука на другой звук без «подъезда». Поэтому прежде, чем работать над навыками пения *legato* следует использовать упражнения на *staccato*. Формирование такого навыка является одной из основных задач первого этапа вокально-хоровой работы с детьми.



Следующая задача хормейстера — научить хор петь *legato*. За штрихом *legato* следуют и другие штрихи: *non legato*, *marcato*. Причём обучение пению *legato* тесно связано с развитием навыков плавного, широкого и цепного дыхания. Плавность в пении зависит от скорости и одновременности переходных процессов всеми певцами хора. Упражнение № 8 полезно использовать для работы над чистотой интонирования интервалов от секунды до октавы.



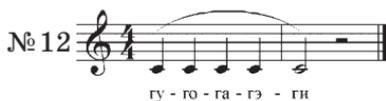
Упражнения, основанные на сочетании *legato* и *staccato*, являются следующим этапом работы (упр. № 9, 10).



Рекомендуется чередовать штрихи *staccato* и *legato*, так как при этом происходит органичное перенесение краевого смыкания голосовых связок, полученного при пении *staccato*, на *legato*. При пении *legato* не следует допускать ни толчков, ни подъездов при переходе на соседние звуки, как и при пении *staccato* в момент атаки звука (упр. № 11).



Гласная «у» рефлекторно понижает гортань и способствует выработке благородного звучания голоса. Поэтому обычно ее используют для снятия форсировки звука и понижения гортани. Параллельно идет работа над выравниванием гласных по образцу фонемы «у». При произношении других гласных необходимо стремиться сохранять расположение артикуляционных органов по образцу гласной «у». Все гласные следует исполнять одинаковым по силе и тембру звуком (упр. № 12). Согласный «г» произносится по-украински, что будет способствовать открытию глотки или, так называемой, «вокальной трубы».



К концу первого полугодия дети должны освоить пение трезвучий на слоги «ни», «на». При этом очень важно

добиваться облегчения звука на нижних нотах. Это упражнение способствует включению головных резонаторов, приближению вокальной позиции, развитию звукового диапазона голоса и выравниванию его регистрового звучания (упр. № 13).



С целью реализации принципа «индивидуального подхода к обучению в коллективных условиях» хоровые репетиции необходимо дополнять индивидуальными занятиями или хотя бы эпизодическим прослушиванием отдельных учащихся.

*Развитие динамического диапазона.* Нюансы *crescendo* и *diminuendo* вводятся постепенно. Внимание педагога должно быть направлено на то, чтобы при пении *piano* тонус мышц голосового аппарата оставался таким же активным, как и при пении *forte*.

В работе над нюансами *crescendo* и *diminuendo* следует избегать резкого изменения динамики звука. Это изменение должно быть плавным, что считается особой трудностью в исполнительской практике. Сначала такие навыки вырабатываются на одном звуке. При этом, чтобы получилось *crescendo*, необходимо изначально добиться полноценного *piano*, а для *diminuendo* — наоборот. Из практики работы с детьми было замечено, что сделать *crescendo* намного легче, чем *diminuendo*. Это и определяет последовательность их освоения по принципу «от простого к сложному».

Для *развития подвижности голоса* упражнения обычно начинают петь в умеренных темпах и затем постепенно переходят к более быстрым темпам. Особо трудным навыком считается пение в медленных темпах, что требует от хористов владения навыками певческого дыхания. Формированию таких навыков будет способствовать стремление петь длинные ноты без затухания силы звука, т. е. ровным по силе голосом. Типичная ошибка при пении в медленном темпе — замедленный переход со слога на слог. Дети должны усвоить правило: «чем медленнее темп песни, тем быстрее все переходные процессы в пении, относящиеся к артикуляции и смене высоты тонов».

Нередко в хоре наблюдается тенденция «размазывания» атаки звука или переходов со звука на звук при распевании какой-либо гласной на несколько нот. Этот недостаток легко устраняется после вокализации *staccato* на гласный «у» или слог «гу» (согласный «г» произносится по-украински, что способствует снятию зажимов нижней челюсти и открытию глотки, смягчает атаку звука).

Для развития *гармонического слуха* учащихся полезно упражняться в пении параллельными квинтами (упр. № 14,15).

№ 14

№ 15

Воспитанник хорового училища В. Кирюшин вспоминал: «А. В. Свешников делал то, что никто теперь не делает: заставлял нас петь чистыми квинтами. А что такое чистые квинты? Это вторые обертоны основного тона. Выстраивание унисона на звуках чистой квинты способствует формированию навыков интонирования в хоре не по принципу темперированного, а чистого строя».

При пении с опорой звука на дыхание в области гортани, как правило, в голосе появляется горловой призывок. В таких случаях полезно петь поступенные упражнения в диапазоне квинты на слоги «ги» и «га» по-украински, повторяя упражнение по хроматической секвенции вверх и вниз (упр. № 16), а носовой призывок легко устраняется при вокализации на слог «да» и «ба» (упр. № 17).

№ 16



Примерно через 1,5–2 месяца после начала занятий можно вводить упражнения на *филирование звука*. Это позволит детям тренировать более низкую опору звука на дыхание, петь по руке дирижера и развивать гибкость голоса.

Последующие упражнения составлены по принципу постепенного удлинения музыкальных фраз, что будет способствовать увеличению *продолжительности фонационного выдоха*.

Упражнения в более быстрых темпах активизируют работу дыхания и голосообразующих мышц, что является основой для развития *подвижности голоса*.

По законам физиологии движений: «чем тише и быстрее темп исполнения упражнения, тем меньшая мышечная масса голосовых складок будет участвовать в колебательном процессе». В результате получается более легкое звучание голоса, так как регистровый биомеханизм приближается к фальцетному типу звукообразования. При этом не следует «грузить» звуки, а только лишь как бы легко «дотрагиваться» до них. Таким образом, подвижность голоса обеспечивается использованием облегченного звучания голоса, приближенного к фальцетному регистру, т. е. на основе краевого колебания голосовых складок.

*Работа над тембром.* Главная цель этой работы — сглаживание регистровых переходов и выравнивание тембрового звучания голоса на всём диапазоне. Для подобного рода упражнений сначала используют нисходящие и восходящие поступенные звукоряды через регистровый порог, затем мелодии со скачками с последующим заполнением. Расширение скачков происходит постепенно в зависимости от успешности работы по освоению навыков пения интервалов ровным по тембру голосом.

В заключении следует сказать, что вокальные навыки формируются во время распевания очень постепенно. В сущности, каждое упражнение направлено на формирование целого комплекса навыков.

Однако задачи формирования вокальных навыков при пении упражнений должны выстраиваться в определённой

последовательности. На каждом этапе работы педагог должен сосредотачивать свое внимание на решении одной или двух задач, так как в противном случае для детского восприятия это будет перегрузкой, отсюда — рассеянность их внимания и, как следствие, более длинный путь формирования навыков. Поэтому в работе над упражнениями следует идти малыми шагами, не пытаясь добиваться всего и сразу на одном занятии, иначе подобная тактика педагога в любом случае будет обречена на провал, поскольку перед маленькими певцами будут ставиться непосильные задачи.

Залог успеха заключается в работе по принципу соблюдения последовательности и постепенности в обучении. Все зависит от хормейстера, который руководит целостно всем творческим процессом.

### ПЕВЧЕСКОЕ ДЫХАНИЕ

По мнению многих хоровых деятелей, дети должны пользоваться смешанным, т. е. грудобрюшным дыханием, как и у взрослых.

Однако другие специалисты из области физиологии считают, что такой тип дыхания вредит здоровью детей и пагубно отражается на тембровом звучании их голоса.

Грудобрюшной тип дыхания создает условия для чрезмерно большого объема вдыхаемого воздуха. Это приводит к гипервентиляции легких и перенасыщению крови кислородом. В результате чего у детей может возникнуть ощущение головокружения, а в отдельных случаях даже приводит к потере сознания. Это нередко приходится наблюдать во время концертных выступлений детских хоровых коллективов, когда хористы от избытка стараний глубоко дышать один за другим покидают сцену в предобморочном состоянии.

Чрезмерно большой объем вдоха при фонационном выдохе оказывает избыточное давление воздуха на гортань снизу, что приводит к ее смещению вверх. Это обстоятельство и является причиной появления форсировки звука при пении. Следовательно, объем вдыхаемого воздуха перед атакой звука всегда должен быть малым или хотя бы умеренным.

Непрерывно нужно контролировать и проверять каждого ученика, насколько он понял объяснение педагога. Как правильно брать дыхание, обязательно нужно показывать на себе. Маленькие певцы должны брать воздух носом и ртом, не поднимая плеч при опущенных и совершенно свободных руках.

В процессе ежедневных тренировок дыхание ребенка постепенно приспосабливается к новым для его организма условиям в связи с певческим процессом. Формирование навыков правильного певческого дыхания происходит поэтапно и очень постепенно. Для этого можно использовать следующие дыхательные упражнения:

- медленный вдох носом — произвольный выдох;
- медленный вдох носом — медленный выдох на согласных «ф» или «с», пока педагог считает до шести, постепенно удлиняя ряд чисел до двенадцати;
- короткий вдох носом — выдох со счетом самими учащимися нараспев в умеренном темпе, который при повторениях упражнения постепенно замедляется, а цифровой ряд удлиняется.

Последнее упражнение можно повторить, поднимая и наклоняя голову без остановок, а также поворачивая голову направо и налево. Такие движения головой в сочетании с дыхательными движениями помогают добиться расслабления мышц шеи, нижней челюсти и глотки.

В этом смысле в работе с детскими певческими коллективами очень полезно использовать дыхательную гимнастику А. Н. Стрельниковой. Ее упражнения, основанные на сочетании дыхания с различными движениями рук, ног, головы и туловища, успешно тренируют мускулатуру дыхательного аппарата, активизируют кровообращение, способствуют возникновению положительных эмоций у учащихся на занятиях, повышают жизненный тонус всего организма, быстро восстанавливают работоспособность детей при появлении малейших признаков их утомления на занятиях и т. п.

Следует заметить, что приведенные выше дыхательные упражнения без пения весьма полезны не только для формирования навыков правильного дыхания, но и для разогревания голосового аппарата перед пением и тем самым ускоряют процесс распевания.

Очень многие педагоги вокалисты в своей практике активно используют дыхательные упражнения без звука еще и потому, что в это время происходит переключение внимания учащегося на мышечное чувство, отвлекая его на время от необходимости правильно формировать певческий звук.

Медленный вдох и медленный выдох создают условия для достижения физической упругости и выносливости дыхательных мышц, что является основой развития *навыка пения при сохранении положения вдоха*.

При этом необходимо иметь в виду, что сохранять положение вдоха в процессе фонационного выдоха легче удается певцам только при умеренном и даже скорее малом объеме вдыхаемого воздуха. Поэтому формирование навыка пения на малом вдохе является одной из основных задач педагога с самого начала работы с детским хором.

*Условием для рефлекторного обеспечения малого вдоха является: соблюдение правильной вокальной установки корпуса при умеренном поджатии живота снизу, т. е. со стороны промежности.*

В заключение следует сказать: чем внимательнее будут выполняться упражнения на дыхание без звука, тем качественней окажется исполнение хоровых произведений в дальнейшей работе.

В процессе разучивания учебного репертуара необходимо постоянно контролировать правильность фонационного выдоха, что отражается в умении учащихся тянуть длинные звуки ровным по силе голосом, т. е. без затухания их силы, плавно соединять звуки мелодии, пользоваться различными нюансами в процессе пения.

Качество фонационного выдоха характеризует уровень развития навыков певческого дыхания, что является необходимым условием для достижения кантилены в пении.

## ДИКЦИЯ В ХОРЕ

Дикция (*греч.*) — произношение.

Одно из основных условий достижения хорошей дикции в хоре — это, прежде всего, глубокое проникновение певцов в содержание слов исполняемого произведения,

что и делает возможным достижение осмысленности их произношения.

Формирование хорошей дикции во многом зависит от правильного произношения гласных и *согласных* в пении. Работая над дикцией с хоровым коллективом, хормейстеры обычно стараются научить певцов, как можно чётче и яснее произносить согласные.

Это зависит от того, насколько плотно будут смыкаться губы певцов при произношении губных согласных, а кончик языка — активно стучать по стенкам десен в соответствующих для этого ситуациях. Именно ясность согласных помогает слушателям понять смысл слов исполняемого произведения. В то же время дети должны знать, что четко произнесенная согласная автоматически включает голос и на последующей за ней гласной.

Очень важно также обращать внимание на правильное формирование и *гласных* в пении. С самого начала занятий следует учить певцов хора фонетически определенному их произношению. Однако при этом необходимо добиваться одинакового звучания голоса по тембру, независимо от типа гласного. Этому будет способствовать удержание гортани в стабильном положении при пении различных гласных. Наилучшие условия для хорошей дикции — это пение в речевой позиции, т. е. при стабилизации гортани в нейтральном положении, как в процессе спокойной речи.

Необходимо объяснить детям, что при пении слоги всегда произносятся очень быстро, а слова в пении делятся на слоги по принципу, отличающемуся от правил грамматики: каждый вокальный слог заканчивается непременно гласной, на которой можно тянуть звук. Все следующие за ней согласные относятся к другому слогу и всякий раз произносятся очень быстро, как бы спрессовано. В процессе работы над кантиленой в детском хоре необходимо постоянно следить за выполнением этого правила.

Следует заметить, что хорошее произношение слов в пении, кроме всего прочего, теснейшим образом связано еще и с владением навыками певческого дыхания и правильного звукообразования. Какие-либо мышечные зажимы голосового аппарата, особенно в области глотки и нижней челюсти, излишняя напряженность звучания голоса, перебор

дыхания, форсировка звука могут стать причиной фонетической неопределенности и даже искажения дикции в пении.

## РАБОТА НАД ГЛАСНЫМИ В ПЕНИИ

Основной момент в работе над гласными — воспроизведение их в чистом виде, т. е. без искажений. В речи смысловую роль выполняют согласные, поэтому не совсем точное произношение гласных мало влияет на понимание слов. В пении длительность гласных возрастает в несколько раз, и малейшая неточность становится заметна и отрицательно влияет на понимание слов слушателями.

Специфика произношения гласных в пении заключается в их единой округлой манере формирования. Это необходимо для обеспечения ровности тембрового звучания голосов и достижения унисона в хоровых партиях. Выравнивание гласных достигается путем сохранения вокальной позиции гортани в стабильном положении в процессе перестройки артикуляционного уклада с одной гласной на другую.

В зависимости от того, какого звучания голосов необходимо добиваться: осветленного, более звонкого или округленного, нужно выбирать такую гласную для вокализации, которая обладает соответствующими свойствами.

Выравнивание гласных можно начинать с любой, лучше всего звучащей гласной, с тем, чтобы последующие за ней гласные при пении были окрашены ее тембром по закону следового рефлекса.

Округление гласных в процессе пения осуществляется за счет небольшого движения вниз расслабленной нижней челюсти, опускающего кадык, что порождает, так называемое, «прикрытие» звука. Это можно легко проконтролировать путем легкого прикосновения пальцев к шее в области щитовидного хряща. Чрезмерное опускание кадыка может привести к «сомбриванию», т. е. к затемнению звука и потере высокой певческой позиции.

С точки зрения правильной организации работы артикуляционного аппарата образование гласного звука связано с необходимостью сохранять форму и объем ротовой полости на всем протяжении ее длительности.

Особую трудность для детей представляет формирование гласных в высокой певческой позиции. Решению данной

проблемы будет способствовать округленное произношение гласных при пении.

Для осознанного управления певческим процессом педагогу необходимо хорошо понимать фонетическое значение артикуляционного уклада каждой гласной для звукообразования.

Звуки «у», «ы» — формируются на уровне глотки и звучат более глубоко. Они способствуют открытию глотки соответственно по вертикали и по горизонтали, что необходимо для правильной постановки как певческого, так и речевого голоса. Эти фонемы имеют устойчивое произношение, т. е. у разных людей они звучат приблизительно одинаково. Они почти не искажаются в словах по сравнению с другими гласными, такими как: «А, Е, И, О». Отсюда и следует специфическое использование этих фонем для хорового пения как эталонных для исправления «пестроты» звучания гласных в пении. Именно на этих гласных быстрее выравнивается тембровое звучание хора и достигается унисон в хоровых партиях.

В процессе работы над произведениями, обычно после вокализации на слоги «лю», «ду», или «ды», исполнение со словами приобретет большую ровность звучания. При этом положительный результат усилится, если певцы хора будут следить за сохранением вокальной установки гортани по вертикали, как при произношении гласной «у», и открытостью глотки по горизонтали, как при произношении гласных «ы» или «э».

Гласная «у» при фонетически определенной ее артикуляции способствует оптимальному понижению гортани, что является необходимым условием постановки певческого голоса в академической манере пения. Использование гласной «у» для вокализации с самого начала работы с хором, имеет положительное значение для формирования навыков певческого дыхания, устранения форсированного звучания голоса, освобождения глотки от мышечных зажимов, достижения прикрытия звука и пр.

В сочетании с мягкой атакой эта гласная помогает сглаживать регистры на переходных звуках и округлять их. Фонема «у» способствует формированию высокой певческой позиции и стимулирует головное звучание голоса.

Однако фонема «у» является «темной» гласной. Поэтому чрезмерно долгая вокализация на этой гласной может привести к появлению «тусклого» звучания голосов. Чтобы избежать этого рекомендуется осветлять ее на упражнениях в сочетании с гласной «а».

Гласная «ы» является производной от «и». Если в речи «ы» звучит мгновенно, то в пение она фиксируется на всей длительности соответствующей ноты. При пении гласных «ы» и «у» нередко получается «заваленное» в макушку звучание голоса. В таком случае педагог должен использовать их в сочетании с другими гласными, приближающими вокальную позицию, которую нельзя терять ни при каких обстоятельствах и условиях пения.

Чистая гласная «о» обладает свойствами гласных «у», «ы», однако в меньшей степени. Она звучит округло естественно. После гласной «о», как правило, звук голоса непроизвольно округляется и на другой, последующей за ней гласной. Однако для наилучшего результата в отношении округления этой гласной при ее произношении необходимо следить за сохранением артикуляционного уклада гласной «о» на уровне глотки.

Наибольшую пестроту в пение привносит гласная «а», поскольку разными людьми она произносится по-разному, а особенно представителями иных языковых групп. Это следует учитывать при исполнении произведений на иностранных языках. Например, у итальянцев «а» возникает из глубины глотки, у англичан также образуется достаточно глубоко, а у славянских народов гласная «а» имеет плоское грудное звучание.

Использовать эту фонему на первом этапе обучения нужно весьма осторожно. Однако А. В. Свешников начинал обучение детей пению именно с гласной «а» из солидарности с методикой педагога-вокалиста И. П. Прянишникова, который писал: «У большинства певцов хороший звук легче всего образуется на гласной «а», потому что при ней части рта и языка находятся в натуральном положении». В то же время он считал эту фонему одной из самых сложных, так как она в обычной речи звучит открыто, осветляя тембр голоса, и поэтому при пении гласная «а» требует искусственного округления, т. е. приближения ее звучания к гласной «о». «Гласная «а» есть основа голоса... и главный подводный

камень. Основательное изучение её имеет особое влияние на все остальные гласные» [25].

Гласные «и», «э» стимулируют работу гортани, вызывают более плотное и глубокое смыкание голосовых связок. Их формирование связано с рефлекторным повышением положения гортани. Они осветляют звучание голоса и приближают вокальную позицию. При пении в академической манере эти фонемы требуют особого внимания в отношении округления звука.

Гласная «и» должна звучать ближе к «ю», иначе она приобретает неприятный, пронзительный характер. Чтобы ее звучание не было слишком «узким», необходимо соединять её в упражнениях с гласной «а».

Гласные «е, ю, я, ё» — сложные. Благодаря скользящему артикулярному укладу они поются мягче, по сравнению с чистыми гласными. Однако эти гласные требуют особого внимания со стороны педагога, так как специфика их произношения провоцирует появление *portamento* при переходе со звука на звук в процессе исполнения мелодии.

Таким образом, работа в хоре над гласными — основа достижения хорошего качества звучания хора и заключается в достижении фонетически определенного и грамотного их произношения в сочетании с правильным звукообразованием.

Понимание биомеханизма звукообразования певческого голоса в зависимости от артикуляционного уклада той или иной гласной и осознанное их использование в процессе вокальной работы с хором и лежит в основе фонетического метода обучения пению, как детей, так и взрослых.

## РАБОТА НАД СОГЛАСНЫМИ

Формирование согласных, в отличие от гласных, связано с возникновением преграды в речевом тракте на пути тока воздуха. Согласные делятся на звонкие, глухие и сонорные, в зависимости от степени участия голоса при их образовании.

Исходя из функционального назначения голосового аппарата, второе место после гласных занимают сонорные согласные: «м, л, н, р», так как они тоже могут тянуться. Сонорные согласные способствуют озвучиванию головных

резонаторов и формированию навыка пения в высокой певческой позиции.

Согласные «б, г, в, ж, з, д» образуются при участии головных складок и ротовых шумов, поэтому они называются звонкими. С помощью звонких и сонорных согласных можно влиять на тембровое звучание голоса.

Например, слог «зи» приближает вокальную позицию, тембр голоса становится позиционно близким, легким и прозрачным. Однако он может стать плоским и обеленным. Чтобы этого избежать, необходимо добиваться произношения гласного «и» на достаточно большом объеме рта.

Глухие согласные «п, к, ф, с, т» образуются без участия голоса и состоят из одних шумов. Согласные «п, к, т» не имеют продолжительности. Им свойственен взрывной характер. Поэтому эти согласные, стоящие на конце слога, следует всегда относить к следующему за ними слогу.

Хотя в произношении глухих согласных гортань не принимает участие, однако пение гласных с предшествующими глухими согласными способствует устранению форсированного звучания голоса. Вокализация на слоги «ку», «та», «по» служит достижению скорости переходных процессов при смене слогов, четкости ритмического рисунка и создает условия для кантилены, более объемного и округлого звучания последующих гласных.

Шипящие «х, ц, ч, ш, щ» — также состоят из одних шумов, однако они имеют продолжительность.

Глухая согласная «х» в сочетании с гласной смягчает атаку звука.

Глухую «ф» и свистящий звук «с» нередко рекомендуют использовать в установочных упражнениях для тренировки дыхания: продолжительности и постепенности выдоха.

Основное правило произношения слов в пении: *быстро и четкое формирование согласных и максимальная протяженность гласных*, что обеспечивается активной работой мускулатуры артикуляционного аппарата — щечных и губных мышц, кончика языка. Для достижения четкости дикции певцов особое внимание следует уделять работе над плотностью смыкания губ и активностью прикосновения кончика языка к деснам при произношении слов в пении. Не менее необходимо работать над эластичностью и подвижностью нижней челюсти, а с ней и подъязычной кости гортани.

Для тренировки губ и кончика языка можно использовать разные скороговорки, а также проговаривание слов песен с утрированной активностью работы артикуляционного аппарата. Все слова следует произносить твёрдыми губами. Для тренировки активности кончика языка полезно использовать вокализацию мелодий из песенного репертуара на согласный звук «р» или такие слоги, как: «та», «лю», «на» и пр.

Усложнение упражнений должно происходить за счет постепенного ускорения темпа и использования разнообразия динамики их исполнения.

В пении у детей нередко наблюдаются различные недостатки, которые легко можно устранить определенными приемами и методами.

При появлении в голосе гнусавости полезно использовать гласные «а» или «э» в сочетании с губными согласными, а при появлении носового призвука — «а» или «ы» в сочетании с согласной «д».

При чрезмерно глубоком звучании голоса гласные «и», «е» в сочетании с переднеязычными или зубными согласными способствуют повышению положения гортани и приближению вокальной позиции.

Открытый звук устраняется при помощи гласных «у», «о» в сочетании с сонорными «м», «л».

Горловой призывок — устраняется при пении гласных «о», «у» в сочетании с глухими согласными.

Согласную на конце слога следует присоединять к последующему слогу. Это будет создавать условия для выработки кантилены. Если две гласные стоят рядом, то при пении их нельзя сливать — вторую гласную следует спеть как бы с новой атакой.

Согласные в пении у хороших певцов произносятся всегда коротко. Особенно это относится к шипящим и свистящим «с», «ш» потому, что они хорошо улавливается ухом слушателей. Их всегда надо укорачивать, иначе будет создаваться впечатление шума и свиста при пении.

Для соединения и разъединения согласных существует правило: если одно слово кончается, а другое начинается одинаковыми или приблизительно одинаковыми согласными звуками (д-т; б-п; в-ф), то в медленном темпе их нужно подчеркнуто разделять, а в быстром темпе, когда та-

кие звуки приходится на мелкие длительности, их нужно подчеркнуто соединять.

## ОСОБЕННОСТИ ПРОИЗНОШЕНИЯ СЛОВ В ПЕНИИ

Звонкие согласные (одиночные и парные) в конце слова произносятся как соответствующие или глухие. Звонкие согласные перед глухими оглушаются. Например: «У без (с) поникли...».

Зубные согласные «д, з, с, т» перед мягкими согласными смягчаются: «двена(дь)цать», «ка(зь)нь», «пе(сь)ня» и т. д.

Звук «н» перед мягкими согласными произносится мягко: «стра(нь)ник».

Звуки «ж, ш» перед мягкими согласными произносятся твердо: «прежний», «вешний» и пр.

Возвратные частицы «ся» и «сь» на конце слов в светских произведениях произносятся твердо как «са» и «с», а в духовных, написанных на церковно-славянском языке, — побуквенно, как написано.

Сочетание «чн» «чт» — как «шн» «шт»: ску(ш)но, коне(ш)но.

В сочетаниях «стн» «здн» согласные не произносятся: гру(сн)о, по(зн)о.

Сочетание «сш» «зш» в середине слова и на стыке слова с предлогом произносятся как твердое долгое «ш»: «бе(шш)умно», а на стыке двух слов — как написано: «произнес шепотом».

Сочетание «сч» и «зч» уподобляются долгому «щ»: (щц)астье, изво(щц)ик.

Сонорный звук «р» при пении всегда произносится утрированно.

Итак, произношение согласных требует всегда повышенной активности работы артикуляционного аппарата певцов. Однако главное требование, предъявляемое к дикции в пении, — осмысленность произношения слов. Это возможно только при одном условии: глубокого проникновения в содержание текста, что и является основой выразительности исполнения вокальных произведений.

Кроме того, условием ясной дикции в хоре является безупречный ритмический ансамбль.

## РАБОТА НАД РИТМИЧЕСКИМ АНСАМБЛЕМ

В. И. Краснощёков писал: «...умение петь вместе, ритмически чётко и одновременно произносить слова, гибко изменять темп, вместе брать дыхание, вступать и прекращать петь, чётко выявлять метрическую структуру произведения — является важнейшим качеством хоровых певцов, ибо в ритмичности исполнения заключается тот порядок, без которых не может быть решена ни одна творческая задача».

Развитие ритмического чутья начинается с первого же момента работы хора. Уже во время пения певцы хора отнормировались к ритму вполне сознательно. Длительности должны активно отсчитываться.

В работе над ритмической организацией хорового пения можно использовать следующие методы:

- проговаривать хором ритмический рисунок, используя такие слоги, как: «та», «ти-ти», «тири-тири», «та-а» и пр.;
- простучать или прохлопать ритм песни;
- проговаривать слова в ритме песни;
- петь с названием нот;
- петь со словами.

Ритмические особенности ансамбля отражаются на характере вдоха перед атакой звука, который нужно осуществлять обязательно в соответствии с темпом произведения. При смене темпов меняется и скорость вдоха. Очень важно добиваться одновременности вдоха певцов хора, атаки и снятия звука. С самого начала работы следует формировать у хористов умение петь по руке дирижера. Все изменения темпа или нюанса отражаются в дирижерском жесте, точнее — в аффтакте, который предупреждает о том, что будет дальше.

Н. Н. Данилин не раз указывал на то, что степень выученности произведения познается по слаженности хора в момент вступления после паузы.

Чтобы добиться выразительности исполнения и ритмической точности в детском хоре применяют метод ритмического дробления на метрические единицы, что впоследствии переходит в ощущение внутренней пульсации и создает впечатление слаженности и органности звучания. Ритмическое дробление является достаточно эффективным методом работы над кантиленой в пении, что используется в современной вокальной практике с давних пор.

## НЕКОТОРЫЕ ПРИЕМЫ РАЗВИТИЯ СЛУХА И ГОЛОСА ДЕТЕЙ

При отборе наиболее эффективных приемов вокальной работы с детьми следует опираться на опыт прогрессивных методистов прошлого и настоящего времени. Среди известных методических приемов для развития слуха и голоса можно выделить следующие.

*Приемы развития слуха, направленные на активизацию слухового восприятия и вокально-слуховых представлений:*

- слуховое сосредоточение и вслушивание в показ учителя с целью последующего анализа услышанного;
- сравнение различных вариантов исполнения для выбора лучшего;
- введение теоретических понятий о качестве певческого звука и элементах музыкальной выразительности только на основе приобретения личного опыта учащихся;
- использование детских музыкальных инструментов;
- повторение отдельных звуков за инструментом с целью научиться выделять высоту тона из тембра не только голоса, но и музыкального инструмента;
- подстраивание высоты своего голоса к звуку камертона, рояля, голосу учителя или группы детей с наиболее развитым слухом;
- пение «по цепочке», т. е. по очереди;
- моделирование высоты звука движениями руки в пространстве;
- отражение направления движения мелодии при помощи рисунка, схемы, графика, ручных знаков, нотной записи;
- настройка на тональность перед началом пения;
- устные диктанты;
- задержка звучания хора на отдельных звуках по руке дирижера для выстраивания унисона, что заставляет учащихся сосредотачивать слуховое внимание;
- выделение особо трудных интонационных оборотов в специальные упражнения, которые исполняются в разных тональностях со словами или методом вокализации;
- в процессе разучивания произведения смена тональности с целью поиска наиболее удобной для детей, где их голоса звучат наилучшим образом и без излишнего напряжения;

- письменные и устные задания на анализ вокального исполнения;
- выделение отдельных звуков из гармонических интервалов или аккордов и воспроизведение их хором в мелодическом и гармоническом вариантах и т. п.

*Основные приемы развития голоса, относящиеся к звукообразованию, артикуляции, дыханию, выразительности исполнения:*

- внутрислуховое представление первого звука до того, как он будет воспроизведен вслух;
- вокализация певческого материала легким стаккато-ванным звуком на гласный «у» с целью уточнения высоты звука во время атаки и при переходе со звука на звук, а также для снятия форсировки;
- вокализация песен на слог «лю» для достижения мягкой атаки звука, его округления, снятия форсировки, выравнивания тембрового звучания, достижения кантилены, оттачивания фразировки и пр.;
- выработка активного *piano* как основы развития детского голоса;
- при пении восходящих интервалов верхний звук исполняется в позиции нижнего звука, а при пении нисходящих, — напротив, нижний звук следует стараться исполнять в позиции верхнего;
- расширение ноздрей и глотки при вдохе (лучше до вдоха) и сохранение их в таком положении при пении, что рефлекторно обеспечивает полноценное включение головных резонаторов. При этом движении активизируется мягкое небо, и эластичные ткани, выстилающие воздухоносные пути, становятся упругими и более твердыми, что способствует отражению звуковой волны с источника звука и, следовательно, способствует озвучиванию головных резонаторов;
- сохранение вокальной позиции (т. е. позиции вдоха) при пении;
- произношение текста активным шепотом, что активизирует дыхательную мускулатуру и вызывает чувство опоры звука на дыхание;
- беззвучная, но активная артикуляция при пении в представлении с опорой на внешнее звучание, что активизи-

рует артикуляционный аппарат и повышает слуховое внимание при восприятии звукового эталона;

- проговаривание слов песен по принципу псалмопения, т. е. нараспев на одной высоте слегка возвышенным голосом по отношению к диапазону речевого голоса (внимание хористов при этом должно быть направлено на стабилизацию положения гортани как основы постановки речевого голоса);
- речевая декламация, недопускающая модуляции голоса по высоте, для стабилизации положения гортани, что рассматривается как переходная ступень между бытовой речью и пением. Декламация текста является одним из способов создания в воображении детей ярких и живых образов, вытекающих из содержания произведения, т. е. приемом развития образного мышления, которое лежит в основе выразительности исполнения;
- нахождение главного по смыслу слова во фразе;
- придумывание названия к каждому новому куплету песни, отражающего основной смысл содержания;
- вариативность заданий при повторении упражнений и при разучивании песенного материала за счет способа звуковедения вокализируемого слога, динамики, тембра, тональности, эмоциональной выразительности и т. п.
- чередование песен, различных по характеру, по принципу контраста, что определяет их последовательность как в процессе каждого урока, так и при формировании концертных программ.

*Основные приемы психолого-педагогического воздействия на учащихся:*

- творческие задания и вопросы, стимулирующие мыслительную деятельность учащихся и создающие для них поисковые ситуации;
- запись основных правил пения на плакатах;
- постоянное побуждение детей к самоконтролю и самооценке в процессе пения;
- организация соревнований на уроке между отдельными детьми, группами или классами как игровой момент, повышающий интерес к занятиям;
- юмор как способ вызвать положительные эмоции, повышающие работоспособность учащихся на занятиях;

- различные индивидуальные задания и рисунки на тему исполняемых песен для усиления эмоциональной отзывчивости детей на музыку;
- одобрение, поощрение учителем успехов учеников с целью стимуляции их интереса к занятиям;
- использование дыхательной гимнастики и легких физических упражнений в процессе репетиции, что снимает статические мышечные напряжения, улучшает кровообращение, восстанавливает работоспособность;
- формирование личностного и социального смысла певческой деятельности через концертную деятельность хорового коллектива.

Использование комплекса данных методов и приемов должно быть ориентировано на развитие основных качеств певческого голоса детей путем стимулирования, прежде всего, слухового внимания и активности, сознательности и самостоятельности.

Дифференциация качеств певческого звука и элементов музыкальной выразительности, а также собственное вокальное исполнение основываются на использовании всех видов умственной деятельности учащихся. Даже представление высоты и тембра звука до того, как он будет воспроизведен голосом, — сложный психический процесс, требующий анализа и обобщения, внимания, мышечной памяти и т. п.

Реализация такого подхода к развитию детского голоса обеспечивается знаниями педагога голосовых возможностей детей от рождения и до наступления мутационного возраста и пониманием задач вокальной работы для каждого этапа обучения.

## **ОРГАНИЗАЦИЯ ДЕТСКОГО ХОРА**

Как организовать хоровой коллектив?

Прослушивание детей с целью выявления их вокально-слуховых способностей — это дело тактики и наблюдения хормейстера. При первом прослушивании не следует делать поспешных выводов, так как в силу индивидуально-психологических различий дети по-разному могут проявлять свои музыкальные способности.

Ребенок с абсолютным слухом может показаться неспособным при восприятии или воспроизведении заданных педагогом музыкальных фрагментов или лишенным задатков эстетического вкуса. В то же время ученик, у которого при первом прослушивании не был обнаружен музыкальный слух, со временем может проявить глубокий и серьезный интерес к музыке, осознанно стремиться к совершенствованию своих музыкальных способностей, тогда как изначально более одаренный ребенок будет играть по слуху и не пойдет дальше этого. Поэтому к подбору детей в хор следует подходить со всей ответственностью и осторожностью, с ориентацией на выявление интереса к музыке.

Сначала руководитель должен много играть, беседовать, а также находить естественные пути, приближающие ребенка к музыке. При этом педагог должен проявлять чуткость к настроению детей и педагогический такт, доброжелательность и огромное терпение.

Следующая стадия работы — это внедрение в сознание учащихся элементов музыкальной выразительности. На занятиях хора постепенно вводятся такие понятия, как: темпированный строй, лад, тональность, метроритм, динамика, темп, тембр и пр. Это должно происходить естественным образом, т. е. ненасильственно. Для этого следует через наводящие вопросы стимулировать музыкальное восприятие детей и незаметно для них приводить их к собственным открытиям смыслового значения тех или иных элементов музыкальной выразительности. Эти открытия учащихся необходимо завершать обобщением со стороны педагога.

В процессе организации восприятия музыки возникает опасность навязать ученикам серьезную, но непонятную им музыку, что ведет к отчуждению от нее. Здесь нужно учитывать не только уровень музыкального развития учащихся, но и среду, в которой они воспитывались.

Это, конечно же, не значит, что нужно выбирать для работы только простые сентиментальные пьесы. Ведь нередко бывает так, что сложное порой воспринимается детьми легче, и наоборот. Поэтому педагогу в любом случае необходимо чутко наблюдать за реакциями учащихся и соответственно менять тактику в работе.

## ПЛАНИРОВАНИЕ РЕПЕТИЦИОННОГО ПРОЦЕССА

Выбрав произведение для работы с детьми, хормейстер, прежде всего, должен внимательно изучить его. Для этого необходимо наметить план репетиции, выделить трудные места и разработать общую концепцию исполнения.

Прежде чем приступить к разучиванию произведения, обычно руководитель проводит беседу о его содержании и характере, сообщает краткие сведения о композиторе и авторе литературного текста.

Формы ознакомления с произведением могут быть различными. Можно организовать прослушивание аудиозаписи разучиваемого произведения в исполнении хорошего хорового коллектива, собственного исполнения, наиболее талантливого ученика или группы учащихся, с которыми была проделана предварительная работа.

Разучивать произведение полезно без инструмента, так как это обостряет слуховой самоконтроль при пении. Можно отметить, что многие из известных дирижеров великолепно играли на рояле. Поэтому они могли знакомить певцов с новым произведением, исполняя партитуру на инструменте так, как она должна была бы звучать в хоре (Д. И. Зарин, А. А. Архангельский, Н. М. Данилин, М. Г. Климов и др.). Это ориентировало певцов на передачу содержания художественного образа, музыкальной формы в стиле произведения.

Работа по разучиванию произведения начинается с пения с названием нот. В период становления хорового коллектива обучение хористов сольфеджированию необходимо начинать как можно раньше. Нередко в хоровой практике встречаются хоры, для которых беглое чтение нот с листа не является проблемой. При пении по нотам проверяется точность интонирования, правильность ритмических рисунков, т. е. — музыкально теоретическая основа произведения. На этом этапе работы над новым произведением происходит исполнение, отстраненное от понимания хористами его эмоционального содержания, ладогармонических и метроритмических особенностей.

В хорах, где их участники неуверенно читают ноты с листа или совсем плохо знают нотную грамоту, невозможно

добиться от хористов понимания музыкальной композиции изнутри, а, следовательно, и соответствующей эмоциональной выразительности исполнения.

На первом занятии с целью ознакомления новое произведение должно быть исполнено целиком всем хоровым коллективом 1–2 раза, несмотря на какие-либо технические или исполнительские неточности. Однако даже при чтении нот с листа хористы уже получают первичное представление о произведении.

Если произведение многоголосное, то его можно разучивать по партиям. Это является продуктивным методом работы над унисоном, ритмическим и динамическим ансамблем, мелодическим строем и дикцией каждой партии. В процессе такой работы руководитель может лучше узнать возможности каждого певца.

Работать над произведением следует по фразам или частям, в соответствии со смыслом литературного текста и музыки.

Переходить от одной части к другой можно лишь тогда, когда предшествующая часть будет достаточно освоена. Но если данная часть достаточно трудная, то разучивание песни следует продолжить. К освоению трудного места необходимо вернуться позже — после ознакомления с произведением в целом.

Процесс разучивания песни и работы над художественно-технической стороной исполнения сложен. Это требует от руководителя большого опыта, знаний и умений. Однако всегда надо соблюдать определенную последовательность в работе: сначала разбор произведения по партиям, затем работа над преодолением технических трудностей и художественная отделка произведения. К. Виноградов считал, что самое главное — сделать отдельно каждую партию, вплоть до нюансов. И хормейстером является тот, кто умеет работать с хоровой партией.

Невозможно рекомендовать какие-то конкретные сроки на тот или иной этап работы с хором над песней и тем более определить их границы. Много зависит от умения и мастерства руководителя, от квалификации хора, от степени трудности произведения, а также от частоты репетиций.

При разборе произведения на первом этапе работы нельзя совсем не учитывать его эмоциональное содержание.

Однако опытный руководитель умеет решать технические задачи именно через художественный образ произведения. Это обычно осуществляется через воздействие на образное и ассоциативное мышление учащихся методом ярких сравнений и сопоставлений. Порой они могут даже совсем не относиться к идейно-художественному содержанию данного произведения, но это необходимо для воздействия на эмоциональную сферу исполнителей.

Нечто подобное происходит и в последний период работы над песней, когда внимание хормейстера сосредоточено, главным образом, на художественной стороне исполнения произведения. Здесь обратная взаимосвязь: в процессе художественной отделки хорового произведения нельзя упускать из вида и чисто технические задачи.

Таким образом, можно утверждать, что процесс работы над разучиванием и исполнением хорового произведения является творческим процессом, протекающим в соответствии с принципами единства технического и художественного, эмоционального и рационального на всех этапах работы, хотя и в различном соотношении между собой. При этом все зависит от степени профессионализма руководителя, уровня развития его вокального слуха, опыта общения с детской аудиторией, методов работы, педагогических способностей и пр.

## **ВЛИЯНИЕ ПЕСЕННОГО РЕПЕРТУАРА НА МУЗЫКАЛЬНО- ЭСТЕТИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ**

Решающее значение в вокальном обучении и воспитании имеет репертуар. Грамотно подобранные учебные программы активно способствуют развитию слуха и голоса учащихся, эмоциональной отзывчивости на музыку. В процессе разучивания песен у детей формируется ощущение формы музыкального произведения, восприятие семантического значения метроритма, гармонии, лада. Учащиеся постепенно начинают постигать выразительное значение каждого из элементов, составляющих музыкальное искусство, сущность художественного образа и способы его передачи в собственном исполнении.

При выборе песенного репертуара учитель музыки руководствуется, прежде всего, целями обучения и воспитания учащихся, которые относятся к их эстетическому и этическому воспитанию средствами музыкального искусства, и сливаются с общими задачами формирования физически и духовно полноценных личностей.

«Подобно тому, как в эстетике практическая цель образования сводится к выработке вкуса к *внешней* красоте, — писал И. М. Сеченов, — так и в области морали конечной целью обучения может быть только развитие вкуса к *внутренней* красоте» [51]. Сюда же он относил и красоту человеческих поступков — мужество, верность, доброту и пр.

Музыкальные сочинения, воздействуя на все инстанции высшей нервной деятельности человека, могут по-разному сказываться на воспитании учащихся. В одних случаях музыка вызывает возвышенные чувства и мысли, этически совершенствующие личность, а в других — она пробуждает низменные инстинкты и стимулирует склонность к порокам.

Понимание этого позволяет педагогу безошибочно отобрать вокальный репертуар с точки зрения его *содержания*.

Однако использование в учебном процессе даже самого высокохудожественного и духовно-нравственного репертуара не окажет ожидаемого воздействия на учащихся, если он будет плохо исполнен.

Поэтому специальная задача хорового пения в школе заключается в том, чтобы научить детей выразительному и технически грамотному исполнению песни.

Выразительности исполнения можно добиться только тогда, когда содержание художественного образа доступно для понимания учащихся. Эмоциональная выразительность исполнения проявляет отношение детей к тому, о чем они поют, и зависит от владения вокально-техническими и исполнительскими навыками.

Именно песенный репертуар создает те условия, при которых происходит вокальное развитие детей. Этот процесс разворачивается органично только при строгом соблюдении таких принципов, как: *доступность, постепенность и последовательность* нарастания исполнительских

трудностей. Каждая песня должна являться подготовительной ступенью к преодолению тех или иных трудностей, заложенных в последующей песне.

Следует отметить, что песенный материал школьных программ не всегда отвечает задачам строгой последовательности развития детского певческого голоса и формирования вокально-технических и исполнительских навыков.

В практике хорового пения в школе этот недостаток многие учителя компенсируют работой над специальными вокально-техническими упражнениями, систематически применяемыми на каждом уроке.

Обычно дети охотно принимают вокальные упражнения, построенные на простейших мелодиях, если понимают их назначение и ощущают их пользу для своего голоса, что вызывает у них чувство удовлетворения и радости. Положительно-эмоциональное отношение к ним со временем даже возрастает по мере того, как вокальные упражнения становятся привычными, а, следовательно, и более удобными для голоса.

Иное эмоциональное состояние возникает у детей в случае несоблюдения принципа постепенности и последовательности в подборе вокально-учебного материала.

Опыт работы с детьми свидетельствует о том, что положительные эмоции, рожденные у них показом даже высокохудожественной песни, начинает угасать в процессе ее разучивания, если она оказывается недоступной для исполнения по своим вокально-техническим трудностям. В таком случае песня перестает быть для них интересной и источником радости, без чего эстетическое воспитание осуществляться не может.

С точки зрения развития голоса работа над непосильным певческим материалом оказывается в результате напрасно потраченным временем. Более того — она вредна, так как неправильные вокальные движения оставляют в коре головного мозга хаотичные следы от них. Только хорошо скоординированная деятельность всех частей голосового аппарата при исполнении доступного для учащихся певческого материала может служить основой их вокального воспитания.

*Доступность репертуара* оценивается по ширине звуковысотного и динамического диапазонов, темпу, ритму

и содержанию литературного текста в соответствии с возрастными возможностями детей, их интересами и вокальной подготовкой.

Следуя традициям старой русской вокальной школы, рекомендуется начинать с пения песен или специальных упражнений на одной высоте, затем на 2-х, 3-х и т. д. ступенях лада.

Расширение диапазона сначала вниз, а затем вверх должно происходить очень постепенно, малыми шагами. Злоупотребление репертуаром с высокой тесситурой неблагоприятно отражается на развитии голосов детей. Песни, диапазон которых выходит за пределы примарных тонов, особенно не рекомендуется включать в репертуар на первом этапе работы с детьми, как младшего, так и старшего возраста.

Основоположник русской вокальной школы — М. И. Глинка, рекомендовал начинать вокальную работу с учащимися с примарных звуков голоса, которые локализируются на тонах спокойной речи.

На этом основании можно сделать вывод о том, что он рекомендовал настраивать голоса детей изначально на грудное звучание, так как тоны спокойной речи большинства детей обычно расположены в пределах квинты:  $a_m - f_1$ , то есть в диапазоне грудного регистра. Именно тоны речевого диапазона производятся на уровне подсознания без всякого усилия, при естественной координации в работе всех частей голосообразующего комплекса. Поэтому и называются они «примарными» тонами голоса.

Чтобы использовать более высокие тоны голосового диапазона, учителю необходимо уметь настраивать голоса детей на фальцетное звучание. Без этого можно нанести непоправимую травму голосам детей.

Большинство детских песен, написанных современными композиторами, являются мало удобными для пения в отношении звуковысотного диапазона и тесситуры, голосоведения и звуковедения, перегруженности слов и пр.

Наиболее удобными для пения с точки зрения голосоведения являются мелодии, имеющие повторное строение и построенные на нисходящих звукорядах или по звукам трезвучий, а также мелодии, сочетающие в себе различные способы звуковедения. В качестве положительного примера для начального этапа работы можно назвать такие русские

народные песни, как: «Скок, скок поскок», «Во поле бере- за стояла» или песню композитора М. Кресева «Маленькой ёлочке холодно зимой» и др.

Большое значение для удобства в пении имеют слова. *Литературный текст* песен следует выбирать по принципу: меньше слов и, как можно больше смысла, который должен быть еще и доступен для понимания детьми. Желательно, чтобы слова песни повторялись, хотя бы в припеве.

В отношении фонетического строя языка литературно- го текста необходимо преобладание сонорных согласных (м, н, л, р) и округлых гласных (о, у). Особенно это важно для переходных тонов голоса ( $es_1$ - $fis_1$ ), где требуется до- полнительное округление гласных и снятие излишней фор- сировки звука. Определенность и четкость произношения фонем «у», «о» на переходных звуках будет органично спо- собствовать решению задачи выравнивания регистрового звучания голоса.

Непременным условием для успешности вокальной ра- боты с детьми является такой песенный репертуар, кото- рый вызывает у них интерес.

Какие песни по своему содержанию могут быть интерес- ными для детей?

Это, прежде всего, те песни, которые имеют для них лич- ностный и социальный смысл, в которых отражается окру- жающая их жизнь, их повседневные проблемы.

По своему *эмоциональному содержанию*, как правило, детям больше нравятся песни веселые и шуточные, в со- четании с элементами движений, отражающие идеи добра, любви и сострадания к людям, природе и всему живому.

Нередко дети сами просят учителя разучить с ними ту или иную песню, не обладающую высокими художествен- ными достоинствами.

Учителю не стоит постоянно идти на «поводу» у вкусов учащихся, которые могут не соответствовать достаточно высокому уровню эстетического развития. Однако, усту- пая иногда их просьбам спеть полюбившийся им «шлягер», например, из репертуара какого-либо модного вокально- инструментального ансамбля, необходимо параллельно вво- дить в репертуар и более ценное в художественном отноше- нии вокальное произведение. В процессе работы над ним дети

сами со временем убедятся в ошибочности своего выбора, так как истина, как известно, познается только в сравнении.

Таким образом, учителю музыки в процессе вокально-хоровой работы необходимо постоянно заботиться о воспитании музыкально-эстетического вкуса детей. Это связано с его стратегией и тактикой при подборе учебного репертуара, который всегда должен быть, прежде всего, высокохудожественным.

Искать такие произведения следует в сфере классической музыки и в сборниках песен, составленных из репертуара лучших детских хоровых коллективов.

При составлении учебных программ необходимо соблюдать *принцип контрастности* в отношении тематики, жанров, характера звуковедения, темпа, динамики, эмоционального содержания.

В репертуар школьного хора непременно должны входить популярные детские песни современных отечественных и зарубежных композиторов, фольклорные песни России и других народов, а также лучшие образцы эстрадных песен.

Особое место в репертуаре следует отвести произведениям классиков в переложении для детского хора, и песнопениям из сокровищницы русской духовной музыки.

В работе с детским хором целесообразно разучивать параллельно несколько сочинений, но обязательно разноплановых как по образному содержанию, так и по уровню их вокально-хоровых трудностей.

Реализуя один из принципов развивающего обучения «забегания вперед», многие учителя вводят в репертуар фрагменты хоровых произведений, заведомо более трудных, чем дети на данном этапе своего развития могут исполнить. Отдельные интонации из этих произведений можно использовать в качестве вокальных упражнений.

Разучив трудное, но уже полюбившееся произведение вчерне, учитель должен отложить его на некоторое время, пока хор сможет продолжить работу над ним на новом уровне вокально-технического развития. Эскизное знакомство с таким произведением будет способствовать повышению интереса участников хора к высоким образцам хоровой музыки, стимулировать их исполнительское мастерство, эмоциональный подъем в процессе хоровых занятий.

## ПРИНЦИПЫ ПОДБОРА РЕПЕРТУАРА ДЛЯ ДЕТСКОГО ХОРА

Основными принципами подбора репертуара для вокально-хоровой работы с детьми являются:

- целенаправленность на решение задач обучения детей пению, на их эстетическое воспитание, общее и специфическое развитие;
- доступность для исполнения с точки зрения понимания содержания исполняемого произведения и уровня развития вокально-технических навыков;
- учет возрастных интересов учащихся;
- постепенность и последовательность усложнения исполнительских трудностей в отношении: звуковысотного диапазона, темпа, динамики, характера звуковедения, построения мелодии, содержания литературного текста, задач эмоциональной выразительности и пр.;
- приоритет высокохудожественному уровню песенного материала, как в отношении литературного содержания, так и его музыкального воплощения;
- контрастность при составлении учебных программ, за счет разнообразия жанров и характера вокальных произведений;
- «забегание вперед» как один из принципов развивающего обучения.

Чтобы правильно подобрать репертуар дирижёр должен, прежде всего, помнить о задачах, поставленных перед хором. Выбранное произведение должно быть направлено на формирование вполне определенных навыков.

Итак, репертуар должен отвечать следующим требованиям:

- 1) носить воспитательный характер;
- 2) быть высокохудожественным;
- 3) отвечать возрастным интересам и особенностям детского восприятия;
- 4) соответствовать исполнительским возможностям данного коллектива;
- 5) быть разнообразным по характеру художественного образа и содержанию литературного текста;
- 6) выстраиваться по принципу постепенного нарастания вокально-технических трудностей, решение которых

должно продвигать хор вперед к вершинам исполнительского мастерства.

Постоянно брать в работу только лишь сложные и объёмные произведения не следует. Для детей их освоение может оказаться непосильной задачей, что отрицательно скажется на продуктивности их работы и может повлечь за собой быструю утомляемость, падение интереса к занятиям, а в некоторых случаях даже отчуждение от хорового пения вообще, в зависимости от характера ребенка. Однако сложные произведения должны входить в репертуар, но их следует брать с осторожностью, возможно фрагментарно и с учётом перспективы всей последующей работы.

В то же время количество легких произведений в репертуаре хора тоже должно быть ограничено, так как слишком лёгкая программа не стимулирует профессиональный рост коллектива и, как правило, не вызывает особого интереса у певцов.

Как было сказано выше, репертуар хора должен соответствовать по своей тематике возрастным особенностям исполнителей. Если этот принцип нарушен, то исполнение произведений, несоответствующих жизненным интересам детей определенного возраста, обычно оказывается неудачным и вызывает недоумение у слушателей.

Учебный репертуар должен отличаться разнообразием по своей стилистической и жанровой направленности. Успешный концертующий хоровой коллектив имеет в перечне исполняемых произведений, сочинения различных эпох и композиторских школ. Обычно это:

- хоровые сочинения старинных мастеров средневековья;
- хоры композиторов эпохи барокко;
- венских классиков;
- композиторов — романтиков;
- представителей современных отечественных и зарубежных композиторских школ;
- произведения русских композиторов XIX века (народная, духовная и светская музыка, канты);
- русских композиторов — классиков;
- лучшие произведения композиторов советского периода;
- обработки народных песен, выполненные выдающимися дирижерами прошлого и современными композиторами;

- обработки народных песен разных стран и народов;
- детские песни композиторов прошлого и современности.

Песенные сочинения таких композиторов, как: П. И. Чайковский, М. И. Глинка, А. С. Аренский, П. Т. Гречанинов, В. С. Калинников, а также детские песни композиторов-песенников: И. О. Дунаевского, А. Н. Пахмутовой, В. Я. Шаинского, Е. П. Крылатого и др.

В репертуар должно входить не менее 20 произведений. Желательно, чтобы не менее половины составляли хоры *a' cappella*, которые хорошо способствуют развитию слуха и чистоты интонирования учащихся.

Следует чаще включать в программу полифонические произведения. А. В. Свешников в своей работе с детским хором проявлял особую тягу к полифонии.

У детей *среднего* школьного возраста исполнительские возможности значительно возрастают по сравнению с младшими школьниками. В репертуар таких хоров обязательно должна входить несложная полифония. Продвинутые хоровые коллективы среднего школьного возраста вполне могут справляться с трех- и четырехголосными произведениями. Например, русская народная песня «Как пойду я на быструю речку» или «Я посею ли млада, младенька» в обработке М. Анцева; «Висла» — польская народная песня в обработке В. Иванникова; «Гаснет вечер» в обработке Свешникова; «Ты соловушка умолкни» М. И. Глинки в обработке А. Юрлова.

Примеры народных песен с сопровождением: русская народная песня «Отставала лебедушка» в обработке С. Василенко; «Четыре таракана и сверчок» — итальянская народная песня в обработке К. Никольского.

Детские хоры *младшего* школьного возраста должны иметь в репертуаре хотя бы одно двухголосное произведение. На этом начальном этапе и закладываются начальные вокально-хоровые навыки: атака звука, точность интонирования, чувство ансамбля, отдельные элементы вокальной техники. Для примера можно рекомендовать такие произведения, как: молдавская народная песня «Весна» в обработке Л. Тихеевой; карельская народная песня «Где ты милый» в обработке С. Оськиной и др.

В репертуаре детского хора *старшего* школьного возраста появляются уже достаточно сложные произведения. В таких хорах обычно участвуют в основном девочки, так как у мальчиков в этом возрасте наблюдаются проблемы в связи с мутацией голоса, которая в отдельных случаях затягивается и может протекать болезненно. В репертуар старшего хора можно включать следующие народные песни для исполнения *a'cappella*: «Как за речкою» и «А кто у нас моден» в обработке А. Лядова; «Веники» в обработке Ф. Рубцова и в переложении для детского хора Ю. Васильева и др.

Народные песни в репертуаре детских хоров должны занимать особое место. Освоение русских народных песен закладывает основы вокально-хоровых навыков профессионального пения, для которого, прежде всего, характерна широта дыхания, интонационная устойчивость, яркая и выразительная подача слов, искренняя задушевность, радость, печаль, богатство и тонкость нюансировки вокальной речи. Изучение песен других народов позволяют учащимся знакомиться с традициями музыкальной культуры разных стран.

Русская духовная музыка, по мнению известного отечественного музыковеда — Б. Доброхотова, «вырабатывала замечательно ровное, мягкое и согласованное звучание, необычайную чистоту строя, выразительное, глубоко осмысленное интонирование, наконец, глубокую, живую и в то же время точную динамику» [36].

Духовные песнопения, обычно базирующиеся на средних звуках диапазона голоса, исполняются без сопровождения, что создает условия для активизации слухового восприятия и самоконтроля певцов, а, следовательно, и для развития их слухо-двигательной координации.

Исполнение русской православной духовной музыки в соответствующем ей стиле — большое мастерство, которое в современной хоровой практике мало кто владеет.

Для *старшего хора* для начала можно рекомендовать такие богослужебные песнопения, как:

- «Блажен муж» из Всенощной П. Чеснокова;
- «Отче наш» из Литургии П. И. Чайковского в переложении для детского хора Ю. Васильева.

Для *среднего хора*:

- «Благослови душе моя Господа» из Всенощной П. Чеснокова;
- Знаменный распев «Тебе поем» Г. Ломакина;
- «Во Царствии Твоем» П. Чеснокова и др.

Исполнение песнопений из католической духовной музыки способствует взаимопроникновению темперированного строя инструмента и натурального строя человеческого голоса, который невольно приспосабливается к механической природе оркестра. Хорошо воспринимаются детьми сначала отдельные части из различных месс. Например, из мессы G -dur Ф.Шуберта «Sanctus» и «Kyrie» в переложении для детского хора Ю. Васильева; «Aleluia» из оратории «Мессия» Г. Ф. Генделя; фрагменты из духовных сочинений И. С. Баха и др.

### СПЕЦИФИКА ТЕМБРОВОГО ЗВУЧАНИЯ ГОЛОСА ПРИ ИСПОЛНЕНИИ КАТОЛИЧЕСКОЙ И ПРАВОСЛАВНОЙ ДУХОВНОЙ МУЗЫКИ

При исполнении *католической* музыки тембр голоса приближен к инструментальному звучанию, а в *православном* пении — тембр голоса наполнен живыми человеческими чувствами. В *католической* церкви богослужбное пение сопровождается игрой на музыкальных инструментах, обычно на органе, а в *православной* — а capella. Кроме того, в *католических* песнопениях на первом месте стоит музыка, а в *православных* — слова молитвы.

Таким образом, изучение западноевропейской хоровой музыки влияет на тембр голоса, приближая его к инструментальному звучанию. Пение на языке оригинала требует от хористов соответствующих артикуляционных навыков и средств художественной выразительности.

*Примеры произведений западных композиторов:*

- Моцарт В. «Азбука»;
- Брамса И. «Колыбельная» в переложении Э. Ходоша;
- Шмидт Э. «Кукушка» в переложении Э. Ходоша;
- Сольери А. «Втроем, как один» (шутка) в переложении Э. Ходоша;
- Моцарт В. «Репетиция концерта»;
- Бах И. «Аве Мария»;

- Гершвин Д. «Claha yo hend»; Английская рождественская песня « We wish you a happy Christmas» с сопровождением «Emmanuel» Б. Мак-Ги.

*Примеры произведений русских композиторов:*

- Танеев С. «Серенада» в переложении Ю. Васильева;
- Чайковский П. «Соловушка» в переложении В. Соколова;
- Глинка М. «Попутная песня»;
- Аренский А. «Татарская песня»;
- Щедрин Р. «Тиха украинская ночь» для женского хора;
- Анцев М. «Задремали волны»;
- Глинка М. «Жаворонок»;
- Римский-Корсаков Н. «Эхо» в переложении И. Липецкого.

Исполнение хоровых произведений русских композиторов весьма полезно для творческого роста хорового коллектива.

## **ВОСПИТАТЕЛЬНОЕ ЗНАЧЕНИЕ ХОРОВОГО ПЕНИЯ**

Хоровое пение в воспитательном процессе детей имеет позитивное начало. Это не раз отмечалось видными деятелями культуры, философами, мыслителями всех времен и стран. В России идея первичности, т. е. основополагающей роли хорового пения в музыкальном воспитании детей, заключается в самобытном складе российской музыкальной культуры, по своей сущности преимущественно вокальной.

Перед современным учителем музыки стоит задача сохранения лучших отечественных традиций вокально-хорового пения, которое во все времена всегда лежало в основе школьного музыкального образования, так как именно в школе с самого начала обучения детей существует возможность целенаправленного вокально-хорового воспитания с одновременным решением задач их музыкально-эстетического развития.

Создание эффективной методики хорового репетиционного процесса основано, прежде всего, на глубоком знании основных законов дидактики и такой специальной науки, как «хороведение», а также на осознанном применении веками отработанных методов хоровой работы.

Отбор устоявшихся методов и приемов работы с хором не случаен. Их эффективность доказана временем. Однако они работают только при условии правильного их использования. Например, метод структурной организации занятий с хором. Как уже было отмечено выше, каждый момент репетиционной работы, будь то знакомство с произведением или его художественная отделка, имеет собственное место в последовательности действий дирижера. Смещение некоторых моментов репетиционного хода разучивания репертуара отражается и на успешности решения музыкальных и воспитательных задач, что, безусловно, важно для эстетического и духовно-нравственного развития детей.

Решение этих задач во многом зависит от методики работы с детским хором, которая, как известно, имеет свою специфику. Главный принцип в организации вокально-хоровой работы с детьми связан с необходимостью учитывать их возрастные возможности и интересы.

Отзывчивость души ребенка столь непосредственна и непредсказуема, что выходить на репетицию с детским хором, имея некие «готовые рецепты», просто невысказано. Работа с детской аудиторией требует от хормейстера большой эмоциональной отдачи и понимания психологических и физических особенностей детей. Он должен быть для них учителем, воспитателем и просто другом одновременно.

Чрезвычайно сложно дирижеру найти такую форму общения с детьми, при которой эффективно сочеталось бы решение вокально-хоровых задач и поддерживался бы интерес детей к работе, чтобы на репетициях всегда присутствовал особый эмоциональный тонус, сопутствующий успешности учебного процесса.

Детское хоровое исполнительство, уникальное и неповторимое по своей сути, лежит в основе формирования здоровой в психологическом плане личности ребенка.

Взрослые люди, умудренные знаниями законов бытия, воспринимают эстетику искусства, главным образом, с позиций своего жизненного опыта. Дети, с ранних лет входящие в мир искусства и еще не имеющие достаточного жизненного опыта, впитывают эстетические впечатления одновременно с восприятием окружающей действительности. Дети, поющие в хорошем хоре, где ставятся и успешно решаются определенные художественно-исполнительские

задачи, постигают мир и законы бытия сквозь призму художественных образов.

В связи с этим на педагога — руководителя детского хора, которому вверено музыкальное просвещение детей, ложится огромная ответственность за воспитание будущего полноправного гражданина своей страны. Поэтому прямая обязанность руководителя детского хора — так усовершенствовать методы работы с хоровым коллективом, чтобы они служили не только целям музыкально-образовательным, но и воспитательным в самом широком смысле этого слова.

Хоровое пение — искусство массовое, оно предусматривает главное — коллективное исполнение художественных произведений. А это значит, что чувства и идеи, заложенные в словах и музыке, выражаются не одним человеком, а целой массой людей.

Осознание детьми того, что, когда они поют вместе, дружно, то получается хорошо и красиво, что каждый из них участвует в этом коллективном исполнении и что песня, спетая хором, звучит гораздо выразительней и ярче, чем, если бы он спел её один. Поэтому именно коллективное исполнение оказывает на юных певцов огромное не только эстетическое, но и психологическое воздействие. Следовательно, обучение детей пению в условиях хора имеет огромное воспитательное значение, так как оно существенно влияет на становление их личности. В процессе совместной вокально-хоровой деятельности дети учатся общению между собой в коллективе. Решение общих задач, связанных с исполнением хоровых сочинений, формирует у них чувство личной ответственности за общее дело.

Певческая деятельность имеет решающее значение для развития не только музыкального слуха и голоса, но и музыкальности ребенка в целом.

Занятия пением являются мощным фактором специфически музыкального и общего развития детей, их умственной и эмоциональной сферы. Это происходит потому, что в певческом процессе задействованы такие функции мозга, как: восприятие, воображение, чувства и эмоции, анализ и синтез, мышление и память, формируются волевые качества личности при достижении поставленной цели в обучении.

Таким образом, вокально-хоровое воспитание детей создает необходимые условия для целостного развития личности учащихся.

Однако не всякое вокально-хоровое воспитание детей оказывает на них положительное влияние, а лишь только такое, которое основано на правильной пении, т. е. на пении *поставленным* голосом.

**ВОПРОСЫ К СЕМИНАРУ ПО ТЕМЕ  
«МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К РАБОТЕ  
С ДЕТСКИМ ХОРОМ»**

1. Как характеризуются возрастные группы хора?
2. Как определить зону примарного звучания и найти переходные звуки певческого голоса?
3. Как организовать прослушивание детей, поступающих в хор?
4. Какие основные недостатки в пении встречаются у детей?
5. Над какими вокально-хоровыми навыками необходимо работать руководителю детского хора?
6. Какие существуют методы работы над певческим дыханием?
7. Особенности работы над дикцией в хоре?
8. Какие существуют приемы развития слуха и голоса детей?
9. Как влияет репертуар на музыкально-эстетическое развитие детей?
10. Какое значение для детей имеет их обучение хоровому пению?

**МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА**

Основная

*Осеннева М. С., Самарин В. А., Уколова Л. И.* Методика работы с детским вокально-хоровым коллективом. — М., 1999.

*Стулова Г. П.* Теория и практика работы с детским хором. — М., 2002.

*Стулова Г. П.* Акустико-физиологические основы вокальной работы с детским хором. — М., 2005.

*Щетинин М. Н.* Дыхательная гимнастика А. Н. Стрельниковой. — М., 2006.

Дополнительная

*Багадуров В. А.* Начальные приемы развития детского голоса. — М., 1954.

*Сергеев А. А.* Воспитание детского голоса. — М., 1950.

*Тевлина В. К.* Вокально-хоровая работа // Музыкальное воспитание в школе. Вып. 15. — М., 1982.

---

---

## Глава 3

# ВОПРОСЫ МЕТОДИКИ ПОСТАНОВКИ ДЕТСКОГО ГОЛОСА

## О ПОСТАНОВКЕ ПЕВЧЕСКОГО ГОЛОСА ДЕТЕЙ С ПОЗИЦИЙ НЕЙРОФИЗИОЛОГИИ

Современные знания в области нейрофизиологии дают возможность понять схему функционирования голосообразующего комплекса и руководить его правильным развитием не только на основе субъективных представлений и интуиции педагога.

Академик Л. А. Орбели говорил о том, что пение есть не только функция гортани, но и сложная интегрированная функция всего организма, в которой большое значение имеют высшие функции центральной нервной системы.

Нормальный здоровый голос управляется и регулируется в значительной мере рефлекторно. Поэтому в данных случаях следует очень осторожно вмешиваться в естественно протекающий процесс пения. Более перспективными, на наш взгляд, должны быть такие методики обучения пению, которые не вмешиваются непосредственно в работу голосообразующей системы ученика, а лишь создают условия для *саморегуляции* певческого процесса.

На каждом этапе работы учитель должен учитывать уровень вокального и психического развития ученика, когда ставит перед ним ту или иную задачу.

Нередко бывает так, что рекомендуемые педагогом «технические» приемы, например, советы по организации дыхания, управления звучанием гласных и пр., которые ему (учителю), владеющему своим певческим голосом, кажутся очевидными, не могут быть выполнены учеником по причине несоответствия задания его психофизиологическим возможностям.

Сложность певческого процесса обусловлена тем, что в нем участвует не только гортань, но многие другие органы:

слуховой аппарат, легкие, мускулатура брюшного пресса вместе с диафрагмой, органы артикуляции, звукопроводящие и резонирующие полости. В значительной мере на тембр певческого голоса влияет деятельность органов внутренней секреции, что отражается на свойствах тканей всего организма, в том числе и голосообразующей системы. Этот самый сложный певческий комплекс управляется и регулируется центральной нервной системой, т. е. мозгом.

Функциональное совершенство мозга человека способно обеспечивать голосовому аппарату неповторимые качества идеального живого музыкального инструмента, равного которому наука пока создать не может. Однако голосовой аппарат певца, как и всякий музыкальный инструмент, нуждается в *настройке* не только непосредственно перед пением, но и в *постоянной подстройке* его в процессе самого пения.

Что значит «*настроить*» голосовой аппарат?

С точки зрения физиологии — это: активизирование ощущения резонирования певческого звука в области маски и груди. Сохранение этого ощущения в процессе исполнения вокальных произведений, независимо от высоты тона и типа гласного, т. е. отслеживание полноценности озвучивания резонаторов в любых условиях фонации и относится к понятию о *постоянной подстройке* голосового аппарата в процессе пения.

Для настройки голоса певца любого жанрового направления в вокальном искусстве используется универсальный язык эмоций. Характер издаваемого человеком звука зависит от физиологического состояния его организма, испытывающего ту или иную эмоцию, и здоровья органов голосообразования.

Чтобы включить все певческие резервы организма, необходимо активизировать скрытые эмоциональные механизмы, которые являются значительно более древними по сравнению с речевыми и потому «спят» у современного цивилизованного человека.

Пробуждение у певца этих механизмов способно в один момент автоматически скоординировать работу всех структурных компонентов голосообразующей системы: дыхательного аппарата, гортани и артикуляционного аппарата. Поэтому эмоциональному фактору в пении, особенно при обучении пению детей, следует придавать особое значение, так как нельзя петь хорошо, находясь в нейтральном состоянии.

Таким образом, эмоция — это своеобразная движущая сила фонационного процесса, энергия певца, целостно настраивающая голос на правильное функционирование его голосообразующей системы. Следовательно, эмоциональное воздействие на учеников является одним из универсальных механизмов методики их вокального воспитания и обучения.

## ОСНОВНЫЕ ПЕВЧЕСКИЕ НАВЫКИ

Под навыками следует понимать ряд устойчивых рефлексов, т. е. ответных действий голосового аппарата, производимых в процессе выполнения певческих задач, являющихся стимулами нервной системы певца.

Основными навыками в пении являются:

- ощущение свободы голосового аппарата;
- открытие ротоглотки по вертикали и по горизонтали, как при зевке, опускающем корень языка вниз;
- мягкая и интонационно точная атака звука;
- сохранение вокальной позиции гортани и глотки во время пения;
- прикрытие звука, что обеспечивается наклоном надгортанника, однозначно связанного с положением гортани (чем ниже опускается гортань, тем больше наклоняется надгортанник, следовательно, и звук может оказаться или в меру прикрытым или чрезмерно перекрытым);
- пение на малом вдохе и сохранение положения вдоха во время фонационного выдоха;
- полноценность резонирования певческого звука;
- четкость артикуляции, связанная с активностью работы кончика языка и губ;
- скорость переходных процессов при смене слогов и высоты тона, что лежит в основе кантилены и др.

Более обобщенно можно сказать, что основными певческими навыками являются: *навыки певческого дыхания, звукообразования, дикции и резонирования звуков голоса.*

Выработка правильных и устойчивых певческих навыков является основной задачей учебной практики при условии регулярности занятий.

В результате многократных повторений произвольные движения постепенно становятся автоматизированными. Это происходит тогда, когда взаимная координация голосообразующих органов достигает высшей степени свободы и точности при минимальных физических и психических затратах исполнителя.

## **О МЫШЕЧНОМ ТОНУСЕ ГОЛОСОВОГО АППАРАТА**

Всякое движение требует определенной биоэнергии соответствующих мышц, т. е. определенного мышечного тонуса. Движения человека могут быть генерализованными (общими) или локальными (местными, частичными). Но даже при локальных движениях, к которым можно отнести работу голосового аппарата, тонус работающего органа тесно взаимосвязан с тонусом мышц всего организма. При общей расслабленности всего тела у любого человека, временной или постоянной, и голос, как правило, звучит вяло, тихо и тускло.

В вокальной практике часто встречается такое явление, как «вялость смыкания голосовых связок», что сопровождается появлением сипа в голосе. Врач-фонологист обычно не находит никакого заболевания и считает, что причина сипа в неправильном функционировании голосового аппарата в пении: в вялости смыкания голосовых связок.

Причинами появления сипа в голосе могут быть:

- утечка дыхания в результате вялого краевого смыкания голосовых связок;
- неправильные навыки пения, связанные с различного рода мышечными зажимами и форсировкой звука или, напротив, с вялым пением без опоры на дыхание;
- общее утомление организма, вообще, и голоса, в частности;
- подавленное психическое состояние, в связи с какими-либо отрицательными эмоциями и пр.

Все это отражается на общем тонусе организма. Такое расстройство голоса относится к разряду функциональных, т. е. не является результатом какого-либо заболевания.

Сип в голосе в результате вялости смыкания голосовых связок можно устранить методами психологического, и, прежде всего, эмоционального воздействия, фонетических упражнений, а также с помощью различных комплексов дыхательной гимнастики в сочетании с простейшими движениями рук, ног, головы и туловища, повышающих тонус мышц не только голосового аппарата, но и мышц всего тела.

Специальные фонетические упражнения направлены, как правило, на активизацию краевого смыкания голосовых связок. Однако при их использовании не следует привлекать внимание певца к самому процессу, а лишь к ощущению удобства и свободы голосового аппарата в пении, т. е. вести работу с ориентацией ученика на акустический результат звучания голоса.

Начальные тренировочные упражнения следует подбирать с учетом индивидуальных особенностей учащихся, но в любом случае необходимо:

- вести работу на примарных тонах голоса, т. е. в речевом диапазоне;
- использовать в основном умеренную силу звука;
- чередовать *стаккато* с *легато* при повторении упражнения;
- выбирать такие упражнения, мелодическая структура которых основана на звуках трезвучий и гаммообразных звукорядах в пределах 3–5 ступеней;
- осуществлять вокализацию сначала на удобной для певца гласной;
- темп упражнений в основном *andante*;
- метроритм при повторении тренировочных упражнений по диатонической или хроматической секвенции необходимо сохранять постоянным;
- в дальнейшем для вокализаций используются слоги из различных гласных в сочетании с сонорными согласными: л, м, н, р.

## МЕТОДИКА ПОСТАНОВКИ ГОЛОСА УЧАЩИХСЯ В КЛАССЕ СОЛЬНОГО ПЕНИЯ

Урок всегда должен сопровождаться демонстрацией учителя различий в эстетике качества певческого звука при правильной и неправильной настройках голоса.

Объяснив ученику, в чем суть правильного вокального движения, необходимо направить работу на выработку такого условного рефлекса, как перед атакой звука произвести *небольшой вдох на зевке*. При этом корень языка слегка уходит назад и вниз, в то время как его кончик упирается в нижние зубы. Отверстие ротоглотки открывается в ширину. При вдохе на зевке гортань, которая связана с корнем языка, тоже перемещается вниз по вертикали и фиксируется в свободном положении. О перемещении гортани ученика можно визуальнo наблюдать по положению его кадыка или на основе самоконтроля путем легкого прикосновения кончиком пальца к шее в области щитовидного хряща, образующего кадык.

Этот прием вдоха на зевке перед атакой звука следует многократно повторять, добиваясь его автоматизированного выполнения и сохранения данного положения глотки и гортани во время фонации.

Опытный певец умеет сохранять эту вокальную позицию не только во время пения, но и в паузах. Зевок при перемещении корня языка назад и вниз открывает глотку по горизонтали, что является условием рефлекторного включения головных резонаторов, в результате чего голос начинает звучать ровнее, а петь становится легче.

Вокальная практика показывает, что формирование у певцов навыка открытия глотки по горизонтали перед атакой звука требует постоянного внимания как со стороны педагога, так и самих учащихся.

Следует заметить, что в результате вдоха на зевке и фиксации произведенного артикуляционного движения мягкие ткани речевого тракта оказываются натянутыми, как струны, что делает стенки воздухоносных путей более упругими. Это и способствует озвучиванию резонаторов. Как известно по закону физики, звуковые волны отражаются только от твердых поверхностей, в то время как мягкие их гасят. В противном случае резонаторы озвучиваются лишь частично или совсем не включаются.

В вокальной практике существует немало приемов для *активизации у певца ощущения резонирования звука собственного голоса* (речевого или певческого). Среди них можно назвать следующие:

- пение с закрытым ртом на сонорном согласном «м», губы сомкнуты слегка и сложены в трубочку, нижняя челюсть расслаблена, что должно привести к естественному размыканию зубов;
- пение с закрытым ртом, стоя или сидя, наклонившись в поясе и опустив голову лицом в пол;
- при пении с закрытым ртом, приложив ладонь козырьком к верхней губе у основания носа, стараясь слегка оттянуть ее (верхнюю губу) вниз;
- фонация на гребенке через тонкую бумагу;
- пение с закупоренными ушами своими пальцами;
- выключение слуха методом заглушения через наушники;
- пение с приложением ко рту рупора из ладоней;
- на одном относительно долго тянущемся звуке повторять несколько раз слог «ми» и др.

Все эти приемы будут способствовать активизации ощущения резонирования звука, т. е. озвучивания головных резонаторов.

При вялости краевого смыкания голосовых связок приложение ко рту рупора из ладоней способствует появлению более яркого звучания голоса.

Частичное или полное выключение слуха, т. е. слухового самоконтроля методом заглушения через наушники помогает еще и в том случае, если певец детонирует, сам этого не замечая.

В большинстве случаев эти приемы дают положительные результаты, помогая певцу найти ощущение комфортности и удобства в пении и устранить имеющиеся дефекты в звучании своего голоса.

Однако их использование должно быть весьма индивидуально. Кроме того, следует подчеркнуть, что данные приемы лишь наводят певца на нужные ощущения резонирования голоса. Но главное, это суметь их сохранить в пении, в процессе исполнения вокального репертуара, отслеживая полноценность включенности этих резонаторов при смене гласных и высоты тона.

По мере повышения тренированности голоса и увеличения вокальных возможностей ученика, упражнения постепенно усложняются: удлиняется продолжительность фонационного выдоха; расширяется звуковысотный и динамический диапазоны; сначала замедляются, а затем

ускоряются темпы ранее выученных упражнений. При этом необходимо всегда следить за тем, чтобы при усложнении заданий не нарушался основной принцип сохранения ощущения *свободы, легкости и непринужденности фонации*, что является критерием правильности постановки певческого голоса.

Отработка вокальной техники должна выполняться в определенной последовательности. Только после достижения правильного звукообразования в результате формирования навыков открытия глотки, правильного расположения артикуляционных органов, умеренного вдоха на зевке, интонационно точной и мягкой атаки можно начинать работу *по выравниванию гласных и сглаживанию регистровых переходов*.

Однако развитие дальнейших навыков и выявление тембровых качеств голоса будет обусловлено индивидуальными особенностями ученика и решением ряда вокальных задач в определенной последовательности.

## ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ЗАДАЧ В ВОКАЛЬНОЙ РАБОТЕ

В задачи вокальной работы входит отработка целого ряда элементов вокальной техники. С некоторой условностью, исходя из вышеизложенного, их можно выстроить в такую последовательность:

- активизация мышечного тонуса голосового аппарата и всего тела певцов при помощи дыхательной гимнастики с простейшими движениями рук, ног, головы и туловища перед распеванием;
- навык вдоха на зевке и удержания позиции открытой глотки сначала на задержанном вдохе, а затем и во время собственно пения;
- навык мягкой атаки звука;
- навык постоянной подстройки голосового аппарата на полноценность резонирования звука с опорой на речевую функцию: сначала *при чтении нараспев* на выдержанной высоте тона, а затем *и при пении* различных фонов в речевом диапазоне;
- выравнивание звучания гласных, что возможно только при стабильном положении гортани при произношении

слов в пении, независимо от типа гласного и высоты тона;

- сглаживание регистровых переходов методом облегчения и округления звука на переходных тонах голоса при пении нисходящих звукорядов;
- выработка кантилены, начиная с пения на одной высоте длинных звуков без затухания;
- расширение звуковысотного и динамического диапазонов голоса;
- филирование звука на любой высоте тона;
- выработка подвижности голоса и активности артикуляции;
- достижение скорости переходных процессов при смене слогов и высоты тона, что и лежит в основе кантилены и хорошей дикции;
- работа над эмоциональной выразительностью исполнения и т. д.

Все эти задачи последовательно и в какой-то мере одновременно решаются как при пении вокально-тренировочных упражнений, так и в процессе художественно-исполнительской работы над репертуаром.

## УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ ПОСТАНОВКИ ПЕВЧЕСКОГО ГОЛОСА

Постановка голоса начинается с пения упражнений закрытым ртом на одном звуке. Затем следуют упражнения для пения с открытым ртом. Существует много вариантов упражнений для тренировки голоса. Однако главное — не *какие* эти упражнения по своей мелодической или метроритмической структуре, а как их петь, т. е. каким звуком. Для этого и нужен хороший вокальный слух педагога.

Для примера приведем один из комплексов упражнений для постановки певческого голоса на начальном этапе обучения.

1. 

2. 

3. 

4. 

Сначала эти упражнения рекомендуется исполнять звуком минимальной силы на удобной для данного певца гласной. Каждый звук при пении *staccato* сопровождается минимальным толчком диафрагмы изнутри по горизонтали во все стороны, а при пении *legato* — ее мягким раздвижением в стороны, особенно, если мелодия упражнения идет вверх. При движении мелодии вниз следует стремиться к сохранению положения вдоха и вокальной позиции глотки и гортани, сложившегося во время пения первого звука.

Повышая упражнение по полутонам, нужно следить за чистотой интонирования, особенно в момент атаки звука, легкостью и свободой звукообразования. Если в голосе появились признаки напряжения, то следует понизить тон. Подбирая различные комбинации гласных и согласных нужно найти такое их сочетание, при котором ученику становится петь удобнее и без напряжения, в результате чего появляется улучшение в звучании его голоса.

Пение *staccato* устраняет сип в голосе за счет активизации краевого смыкания голосовых связок, способствует достижению интонационной точности в момент атаки звука и при переходе со звука на звук (т. е. без «подъездов»), наводит певца на ощущение опоры звука на дыхание. При последующем пении этого же упражнения *legato* следует добиваться того же.

5.   
ми - ма - ми - ма - а

6.   
ми - я ми - я ми - я ми - я ми

7.   
ма - а ма - а ма - а

8.   
я - а - а

9.   
ма(мо) - а(о)

Начиная упражнение, построенное на *нисходящем* звукоряде, легче добиться сглаживания переходов между головными регистрами, особенно при небольшой силе звука.

10.   
у - у у - у

Большинство упражнений следует обязательно вокализовать, т. е. распевать на какой-либо гласный, наиболее хорошо звучащий. Пение с названием нот помогает улучшить дикцию, оно полезно для развития слуха и способствует формированию навыка сольфеджирования.

Тренировочные упражнения необходимо подбирать строго индивидуально, в зависимости от достоинств и недостатков голоса ученика.

Первые занятия желательно проводить ежедневно по-немногу, не допуская признаков усталости. Наиболее значительные результаты получаются при организации занятий несколько раз в день по 10–15 минут.

Очень важно создать на занятии спокойную доброжелательную обстановку, не отвлекающую певца от тренировки, певческие задания должны быть всегда понятны ученику.

В конце урока педагог обязан дать четкое задание ученику для самостоятельной работы дома, не допуская при этом никакой неясности. Домашнее задание должно вытекать из содержания урока и закреплять его материал. Необходимо регламентировать объем и сложность упражнений. На следующем уроке учитель обязательно должен проверить выполнение домашнего задания. Постепенно домашние задания должны усложняться с тем, чтобы в процессе обучения ученики обретали самостоятельность: учились настраивать свой голос и распеваться перед уроком, разучивать новые произведения, отрабатывать элементы техники, добиваться эмоциональной выразительности исполнения, выявлять содержание художественного образа вокальных произведений.

Как на уроке, так и при самостоятельной работе дома весьма целесообразно использовать возможности современной звукозаписывающей аппаратуры, хотя бы простого магнитофона.

Любой человек, впервые услышав запись своего голоса на магнитофоне, неизбежно удивится, так как сам себя он слышит совсем иначе. Поэтому ученику полезно услышать свой голос таким, какой он есть на самом деле, а не таким, каким он ему кажется.

Магнитофонная запись поможет оценить:

- подлинное качество тембрового звучания голоса;
- чистоту интонирования;
- разборчивость дикции;
- общую художественность исполнения;
- зафиксировать звучание голоса в любой нужный момент;
- сделать документальную запись голоса на различных этапах обучения и оценить качественные изменения его звучания в результате обучения.

Кроме того, в певческой практике магнитофон нередко используется для настройки певческого голоса.

Достаточно послушать звучание голоса хорошего мастера своего дела в течение 10–15 минут, чтобы почувствовать готовность к пению. Особенно эффективно это наступает тогда, когда запись разучиваемого произведения подается в исполнении певца, чей голос по типу соответствует голосу слушающего. В этом случае происходит непроизвольная настройка голоса на уровне подсознания. Мозговые процессы при этом активизируются по принципу резонанса, что повышает мышечный тонус голосообразующей системы в целом. Слуховое восприятие звучащего эталона, внутрислуховое представление, как бы беззвучное подпевание, положительно отражается и на последующем воспроизведении.

Таким образом, настройка голоса может осуществляться разными способами:

- при помощи педагога по определенной системе тренировочных упражнений;
- при самостоятельной работе, выполняя задания педагога;
- с помощью записи на магнитофон, что усиливает слуховой самоконтроль ученика;
- методом прослушивания записей эталона звучания для данного ученика.

## **ЭТАПЫ РАБОТЫ ПО ПОСТАНОВКЕ ДЕТСКОГО ГОЛОСА В УСЛОВИЯХ КОЛЛЕКТИВНОГО ПЕНИЯ**

В музыкально-педагогической теории и практике постановка голоса детей в коллективных условиях как в речи, так и в пении является проблемой весьма сложной и на сегодняшний день мало разработанной. В то же время эта проблема — одна из наиболее важных в практике музыкального воспитания детей. Ее важность определяется задачами развития всех музыкальных способностей детей без ущерба для их здоровья, что возможно только при условии правильного функционирования голосового аппарата учащихся, как в речи, так и в пении.

Исходя из устройства голосового аппарата, настройка голосов детей на каждом занятии хора должна осуществляться в такой последовательности:

- 1) раздышаться и раздвигаться;
- 2) разрезонироваться в речевом диапазоне;

- 3) раззвучаться в речи;
- 4) раззвучаться в пении, начиная от примарных тонов, т. е. с речевого диапазона.

В такой последовательности выстраивается каждый урок. Параллельно учащиеся усваивают определенные теоретические знания, относящиеся к правильным дыхательным и артикуляционным движениям, постепенно переходящим в стереотип.

Таким образом, вокальные навыки формируются по принципу: от практики к теории и от теории снова к практике, через повторение всякого действия сначала под контролем учителя, а затем на основе самоконтроля ученика до автоматизированного его выполнения.

Основная задача хормейстера в процессе работы с хором должна относиться к *активизации слухового внимания* учеников с целью формирования у них способности к самоконтролю и стимуляции их мыслительных процессов, для выработки умения анализировать звучание собственного голоса, находить причины некачественного звучания и устранять их недостатки. На каждом из 4-х этапов настройки необходимо использовать специальные упражнения и определенные методические приемы.

Задача 1-го этапа настройки голоса:  
раздышаться и раздвигаться

Для решения этой задачи целесообразно использовать такую систему дыхательной гимнастики, которая создавала бы условия для саморегуляции певческого дыхания. Комплекс упражнений должен быть подобран так, чтобы с каждым упражнением в процессе тренировок на уровне подсознания постепенно:

- ускорялся вдох;
- удлинялся выдох;
- формировалась эластичность и равномерность выдоха;
- осуществлялся вдох на зевке;
- производился выдох при сохранении положения вдоха;
- происходило снятие излишних напряжений мышц гортани;
- повышался мышечный тонус всего тела;
- укреплялись мышцы грудобрюшной и тазовой диафрагмы и пр.

Именно таким требованиям отвечает комплекс дыхательной гимнастики, разработанный отечественными специалистами в области фониатрии и фонопедии для реабилитации больных после операции на гортани.

Упражнения данного комплекса дыхательной гимнастики на практике оказались весьма эффективными и для охраны детского голоса, и вокального развития учащихся.

### *Упражнение № 1.*

Положение ученика — сидя или стоя. Делаем короткие вдохи и выдохи через нос. Фаза вдоха равна фазе выдоха. Один цикл дыхания (вдох + выдох) осуществляется за одну секунду. Правильному дыхательному движению будет способствовать задание вдохнуть через нос так, как будто мы хотим понюхать душистый цветок?

Следует обратить внимание на то, что активно осуществляется не только вдох, но и выдох. В результате дыхательный аппарат работает, как насос. Диафрагма делает два движения по горизонтали во все стороны: при вдохе осуществляется первый небольшой толчок в результате ее уплощения; при выдохе — второй толчок, более ярко выраженный по всей своей окружности. Так же будет происходить и в момент атаки звука в дальнейшем. Упражнение повторяется без перерыва 3–4 раза.

### *Упражнение № 2.*

Исходное положение то же и выполняется так же, как и упражнение № 1, только вдох осуществляется через одну ноздрию носа, в то время как вторая ноздря прижата указательным пальцем руки с соответствующей стороны. Второе упражнение следует сразу же за первым без перерыва и также выполняется 3–4 раза: сначала вдох производится через одну ноздрию, а затем через другую. Движения диафрагмы становятся более ощутимыми.

### *Упражнение № 3.*

Вдох через одну ноздрию, а выдох — через другую. При этом двумя пальцами правой руки (большим и указательным) поочередно закрываем то одну, то другую ноздрию. Через 3–4 цикла дыхательных движений следует поменять вдыхающую ноздрию.

Темп данного упражнения такой же, как и в предыдущих упражнениях. Фаза вдоха по продолжительности равна фазе выдоха и осуществляются за одну секунду с одинаковой активностью.

#### *Упражнение № 4.*

Вдох через нос короткий: просто шмыгнули носом, а выдох длинный через рот, точнее через губы, сложенные узкой трубочкой, как будто собираемся свистеть.

Такой вдох непременно будет сопровождаться рефлексорным толчком диафрагмы, что можно хорошо почувствовать, если положить ладони рук на пояс и нижние ребра.

Теперь следует впервые обратить внимание ученика на то, что во время короткого вдоха через нос бока и спина в области пояса раздвигаются в стороны, а во время продолжительного и равномерного выдоха через узкое отверстие губ необходимо стремиться к сохранению положения вдоха.

Главное, что следует понять учащимся и зафиксировать в своем сознании на данном этапе тренировок — это то, что вдох всегда должен осуществляться при помощи диафрагмы, которая, уплощаясь, как бы растекается по горизонтали, увеличивая объем туловища в области пояса.

Узкое отверстие рта при выдохе создает некоторое препятствие току воздуха, что сопровождается ощущением некоторого напряжения мышечного пояса. Это активизирует мышцы дыхательного аппарата ученика и наводит его на ощущение опоры певческого звука на дыхание.

Данное упражнение также повторяется 3–4 раза.

#### *Упражнение № 5.*

Вдох короткий через нос. Выдох длинный через узкое отверстие рта, какое необходимо для непрерывного произношения фонемы «сс...».

Таким образом, во время выдоха получится свистящий звук. По характеру этого звука можно контролировать равномерность и продолжительность фазы выдоха, чего необходимо добиваться и при пении.

При выполнении упражнения № 5 фаза выдоха становится произвольно более продолжительной по сравнению с упражнением № 4. Это происходит потому, что воздух выходит наружу теперь через более узкое отверстие:

в упражнении № 4 — через губы, сложенные трубочкой, а в упражнении № 5 — через узкую щель между языком и твердым небом, как при произношении свистящего согласного звука «с».

Чем уже отверстие, через которое просачивается воздух, тем ощутимее становится напряжение мышц в области пояса, на что и следует обратить внимание учеников.

Упражнение № 5 повторяется 4 раза в сочетании с различными движениями головы.

В момент 1-го вдоха голова слегка опущена вниз лицом к полу. На протяжении всего последующего выдоха на фоне-ме «с» голова медленно и плавно поднимается вверх. В момент остановки движения лицом к потолку возобновляем вдох, а выдох сопровождается таким же плавным и медленным движением головы в обратном направлении.

В момент 3-го вдоха голова поворачивается в сторону, насколько это будет возможно, как бы стараясь увидеть свое правое плечо. Выдох сопровождается таким же плавным и равномерным поворотом головы справа налево. В момент остановки головы, оказавшейся лицом к левому плечу, возобновляется вдох, а во время последующего выдоха голова производит движение в обратном направлении. Следует заметить, что при повороте головы с одной стороны на другую следует стремиться к тому, чтобы борода как бы очерчивала дугу по груди от одного плеча до другого.

Данный цикл из 4-х вдохов и выдохов можно повторить 2–3 раза. При этом необходимо помнить, что время движения головы должно быть равно продолжительности фазы выдоха и осуществляться с ним синхронно.

Это упражнение помогает ученикам осознать и закрепить в памяти то главное, к чему следует стремиться во время пения: равномерности и плавности выдоха, а также усиливает ощущение мышечной активности в области спины и пояса.

В фониатрии это упражнение используется для лечения заболеваний голосового аппарата при ларингиальной гиперфункции, т. е. для снятия зажимов мышц в области гортани и для активизации рецепторных зон, имеющих отношение к голосообразованию.

В певческой практике также было замечено, что это упражнение очень эффективно помогает избавиться от

излишних зажимов мышц шеи и глотки при пении, а главное — укрепляет диафрагму, создавая фундамент для ощущения опоры певческого звука на дыхание.

Кроме того, такие движения укрепляют и тренируют мышцы шеи, без чего нельзя обойтись в дальнейшей работе по постановке голоса для произвольного управления со стороны певца положением гортани в пении.

### *Упражнение № 6.*

При выполнении данного упражнения перед учениками ставится задача делать выдох, сохраняя положение вдоха.

До сих пор при выполнении упражнений № 1–5 вниманием учеников обращалось только на то, что при входе легким толчком диафрагмы увеличивается объем туловища в области пояса.

При выполнении данного упражнения ставится задача: произведя короткий и умеренный по объему вдох носом при помощи диафрагмы, обратить внимание на положение вдоха, которое можно контролировать руками, приложив ладони к бокам и спине в области поясного отдела.

В момент начала выдоха на согласных «с» или «з» следует произвести второй, более плавный толчок диафрагмой, как бы упираясь ей во все стороны изнутри, и зафиксировать это положение во время всей фазы выдоха. Степень опоры можно произвольно менять. Каждый может найти для себя оптимальный вариант, не допуская излишних напряжений или неприятных ощущений.

Ориентируясь по звучанию той или иной фонемы, учитель может контролировать работу дыхательной мускулатуры и оценивать качество выдоха учеников: его умеренность без излишнего напряжения, достаточную продолжительность, равномерность, наличие опоры звука на дыхание до самого конца музыкальной фразы.

Тренировка мышц диафрагмы будет происходить более интенсивно, если выдох будет осуществляться на той же фонеме «с», но тремя толчками диафрагмы: два коротких и один длинный: «с, с, ссссс...».

Данное упражнение повторяется также 3–4 раза. При выполнении дыхательных движений необходимо постепенно включать самоконтроль учащихся.

Все вышеприведенные упражнения выполняются очень интенсивно одно за другим без перерыва. Обычно на выполнение всего комплекса упражнений уходит 3–4 минуты.

В процессе урока на последующих этапах работы необходимо возвращаться к отдельным упражнениям дыхательной гимнастики, которые должны занимать не более 1–2 минут от урока. Особенно это целесообразно при появлении малейших признаков утомления хористов, так как такие физкультминутки является лучшим способом отдохнуть и повысить их работоспособность.

#### Задача 2-го этапа: разрезонироваться в речевом диапазоне

На этом этапе работы учащиеся должны получить определенные знания о певческих резонаторах и научиться определять на слух качество звука голоса в зависимости от характера его резонирования.

Дети хорошо знают, что у них есть легкие, куда попадает воздух во время вдоха, который затем выходит оттуда во время выдоха. Все полости, заполненные воздухом на пути его тока, являются резонаторами, от формы которых и зависит тембр певческого голоса.

Детям следует объяснить, что певческие резонаторы делятся на две группы: грудные и головные. Грудные резонаторы — это все воздухоносные полости, расположенные под голосовыми складками (bronхи, трахея), а головные — это полости, расположенные над ними (глотка, полости рта и носа). Кроме того, помещение, где поет певец, тоже является резонатором. Таким образом, резонирует весь путь от источника звука до уха слушателя.

Проблема заключается в том, что наши резонаторы во время пения могут по-разному включаться в работу: резонировать лишь слегка, т. е. неполноценно или озвучивать только одну группу резонаторных полостей — грудные либо головные.

Само собой разумеется, что для наилучшего звучания певческого голоса в отношении его тембра, силы и даже качества звуковысотного интонирования необходимо полноценное включение всех резонаторов (грудных и головных), а также наличие хороших акустических условий помещения, где поет певец или хор.

Степень включенности в работу всей системы певческих резонаторов поддается произвольному управлению, и это является целью второго этапа настройки певческого голоса.

Дело в том, что наши резонаторы — это живая биологическая система полостей, состоящих из миоэластических тканей, покрытых мягкой слизистой оболочкой. Сокращением определенных мышц можно натянуть эти стенки, и тогда они сделаются более твердыми.

Как нам уже известно, звуковая волна распространяется во все стороны от источника звука. Она гаснет, если ударяется о мягкие поверхности, которые ее как бы поглощают, или, наоборот, отражаясь от твердых поверхностей и возбуждая их колебания, множится и летит дальше.

Сокращения мышц, а, следовательно, и натяжения стенок воздухоносных путей могут быть с разным усилием. Отсюда и разная степень включения резонаторов в работу, что отражается на характере тембрового звучания голоса.

Методов и методических приемов для натяжения стенок резонаторных полостей, чтобы сделать их твердыми отражателями звуковых волн голоса, в вокальной практике, как уже упоминалось выше, существует достаточно много. Однако все они осознанно или неосознанно преследуют одну цель: добиться максимальной степени включенности резонаторов в процессе пения.

Эти методы можно разделить на три типа: физиологические, психологические и акустические. Все перечислить нет никакой возможности, поэтому остановимся лишь на некоторых из них, наиболее общих для всех авторов.

Например, к *физиологическим* методам можно отнести певческую установку или положение тела во время пения. Основные ее рекомендации таковы: позвоночник следует держать прямо; необходима общая подтянутость, а особенно мышц ног, ягодиц, живота; голова не должна запрокидываться вверх или слишком опускаться вниз и т. д.

Правильная певческая установка является следствием активной работы мышц всего тела, что обеспечивает оптимальный тонус и всей голосообразующей системы по закону о межмышечной координации в организме человека. Именно поэтому петь сидя в расслабленной позе гораздо труднее, чем стоя, когда мышцы всего тела более активны.

О межмышечной координации свидетельствует и такое наблюдение: если в положении стоя соединить лопатки, натянуть голени или просто сжать кулаки, то можно почувствовать, как невольно расслабляются мышцы гор-тани.

Различными физиологическими и психологическими методами педагога добиваются включения резонаторов. Например, ученику советуют:

- поднять и опустить корень языка вниз или расширить глотку по горизонтали, представив, как это делается во время зевания;
- открыть носовые ходы (от крыльев носа до хоан, выходящих в глотку), как это подсознательно происходит, если понюхать какой-либо приятный запах;
- опустить кадык, как следствие перемещения корня языка назад и вниз, как будто образовав в глубине глотки «большую яму»;
- сделать небольшой вдох при помощи нижних ребер и зафиксировать положение вдоха во время фонационного выдоха и т. д.

Все это справедливо и давно используется в вокальной практике. Однако, если сразу обрушить на голову ребенка всю эту информацию, то он запутается, испугается и только зажметя. В таком случае решать эти проблемы лучше постепенно и не прямо, а косвенно и обязательно с опорой на их ассоциативное мышление и анализ характера полученного звучания собственного голоса. Следовательно, в основе *психологических* методов лежит воздействие на образное и ассоциативное мышление учащихся, а также на их эмоциональную сферу, создавая эмоционально-положительную атмосферу на занятиях.

Для достижения полноценного резонирования певческого звука в работе с детьми учителю следует опираться, прежде всего, на *акустические* методы. С самого начала нужно заботиться о развитии слухового восприятия учеников, стимулируя при этом их мыслительные способности в процессе анализа полученного звучания в сопоставлении с тем или иным мышечным движением голосового аппарата. В результате происходит активизация таких умственных операций, как сопоставление, запоминание и анализ качества певческого тона и т. п.

Акустические методы должны быть приоритетными особенно на первом этапе работы с детьми, так как они от природы обладают необычайной способностью к подражанию на уровне подсознания. По одному лишь акустическому признаку, т. е. по слуху они могут включать свои резонаторы, что целостно настраивает весь голосовой аппарат на правильное звучание. Учителю нужно только довести до сознания учеников характер полученного звучания голоса, что будет способствовать усилению звукового эффекта.

Настройка резонаторов является пусковым моментом для координированной работы всего голосообразующего комплекса и должна всегда предшествовать распеванию. Это необходимо для того, чтобы при пении даже вокальных упражнений с самого начала все звуки голоса были правильно организованы.

Какие же существуют методы для достижения полноценного озвучивания резонаторов?

В вокальной практике их существует немало. О некоторых из них следует напомнить. Это: личный вокальный показ учителя; сравнительный анализ детьми полученного звучания; объяснение учителя; дополнительные приемы, наводящие учащихся на нужные ощущения, например, пение закрытым ртом на согласные звука «м», «н» и пр.

Например, учитель демонстрирует учащимся два звука, исполненных на одной высоте, но различных по качеству: один из них хорошо озвучен резонаторами, а другой озвучен недостаточно. Учащиеся должны определить, какой из них звучит лучше с эстетической точки зрения.

Затем следует объяснение учителя по следующим вопросам:

- почему один звук лучше другого?
- что такое резонанс?
- какие у человека имеются резонаторы?
- к чему надо стремиться при собственном пении?

Детям будет понятно, если им сказать, что у каждого человека от природы есть маленький «живой микрофончик» (термин В. И. Сафоновой), который находится в области переносицы, где обычно у людей «сидят» очки. Но он не всегда работает, т. е. он может включаться или выключаться, что и отражается на качестве звука голоса. Обычно дети, даже совершенно не обученные пению, безошибочно определяют

по звучанию голоса учителя, когда его «микрофончик» включен, а когда выключен. В первом случае голос звучит с резонированием, в близкой вокальной позиции, ярко, чисто по тембру, а во втором — без резонирования, тускло, сипло, завалено в макушку.

Если сами дети сразу не могут спеть так, чтобы озвучивались головные резонаторы, то рекомендуется использовать некоторые приемы из области фонопедии. Например: двумя пальцами правой руки (1-м и 2-м) закрываем ноздри своего носа. В этом положении пытаемся спеть в диапазоне примарных тонов голоса (с-d) в быстром темпе несколько раз подряд слог «ми-ми-ми» с остановкой на последнем слоге, пытаюсь добиться легкости звукообразования. Появившееся при этом ощущение вибрации на лице в области маски, свидетельствует о том, что головные резонаторы озвучены. Эти ощущения сопоставляются с качеством звучания голоса. Голос звучит как бы в близкой вокальной позиции.

При выполнении таких упражнений нередко допускаются ошибки: появление носового призвука в голосе учеников. Причина одна: неправильный уклад языка, а, следовательно, и положение гортани.

Как известно из многочисленных трактатов по вокальной технологии большинства зарубежных и отечественных авторов, гортань при академическом пении должна оставаться неподвижной и слегка пониженной, относительно ее нейтрального положения, которое она обычно занимает при спокойном жизненном дыхании. Степень ее понижения (по исследованиям профессора Л. Б. Дмитриева) зависит от типа голоса: у певцов с низкими голосами гортань опускается ниже, по сравнению с певцами, имеющими высокий тип голоса, у которых она опускается в меньшей степени.

Способность гортани свободно перемещаться по вертикали обусловлена анатомо-морфологическими особенностями: она подвешена к подъязычной кости при помощи эластичной мембраны — с одной стороны, и неподвижно сидит на верхнем кольце трахеи — с другой. Вся эта система работает, как пружина, совершая рефлекторные движения по вертикали вниз и вверх при произношении различных фонем, а даже в состоянии покоя соответственно и при каждом вдохе и выдохе.

Степень понижения гортани при вдохе зависит от его характера в связи с эмоциональным состоянием певца. При спокойном жизненном дыхании гортань производит минимальные экскурсии.

Если же проследить поведение гортани во время вдоха, как при испуге, то можно заметить, что степень ее понижения значительно увеличится.

В этом легко убедиться, наблюдая визуально за перемещением кадыка или, так называемого «адамова яблока» на шее поющего мужчины или путем легкого прикосновения кончиками пальцев к собственной гортани в области щитовидного хряща (т. е. кадыка).

Перемещения гортани по вертикали носят не только рефлекторный характер, но и подчиняются произвольному управлению.

Поскольку гортань прикрепляется к подъязычной кости, то достаточно слегка опустить корень языка вниз, чтобы гортань тоже понизилась. Это можно отслеживать также при помощи легкого прикладывания пальцев по бокам гортани в области кадыка.

Певцу совершенно необходимо уметь произвольно и очень быстро опускать кадык (т. е. гортань) не только во время вдоха на зевке, но и до вдоха, как это делают высокопрофессиональные певцы, и сохранять это положение, не препятствуя свободному дыханию. Затем научиться, не меняя положения гортани и высоты тона, кратко произносить гласные в таком порядке: у, о, а, э, и — в речевом диапазоне. Постепенно удлиняя фонемы, происходит органичный переход их к пению. Можно выделить три основных этапа тренировки по принципу постепенного усложнения:

1) все гласные исполняются последовательно на одной высоте, начиная с гласного «у» (после каждой фонемы делается цезура, во время которой происходит подкачка дыхания при сохранении артикуляционного уклада первой фонемы);

2) одна фонема распевается на разной высоте, т. е. вокализация какой-либо мелодии на одной гласной;

3) разные фонемы и на разной высоте, т. е. пение мелодий на разные слоги или со словами.

Умение петь разные гласные, не меняя положения гортани — это и составляет основное содержание работы по

*постановке* голоса, т. е. *установки* гортани в одном положении, независимо от вокальной задачи. От этого зависит и выравненность звучания всех гласных, что является признаком хорошей постановки голоса.

Здесь следует вспомнить о методической рекомендации для певцов: слоги при пении необходимо произносить быстро. Это также имеет отношение к обеспечению стабильности положения гортани в пении. Произносить слоги нужно так быстро, чтобы гортань не успела сместиться из своего пониженного положения, которое она рефлекторно занимает при активном вдохе на зевке по горизонтали широким горлом.

Это возможно только при правильном укладе языка, свободно лежащем на дне рта, когда корень его слегка опущен вниз, а упругим кончиком он упирается в корни нижних зубов. Это обеспечивается произвольным со стороны певца опусканием кадыка при расслаблении нижней челюсти.

Именно такой уклад языка способствует не только правильной установке гортани по вертикали, но и расширению глотки по горизонтали. Знаменитый немецкий ученый и вокальный педагог Бартоломью считал, что весьма сложная на первый взгляд картина работы голосового аппарата певца с позиций ученого-акустика и физиолога может быть определена двумя словами: *расширяется глотка*. Этот факт имеет принципиально важное, основополагающее значение для вокальной методики.

Уклад языка и установка гортани в оптимально пониженном положении — это задача подготовки ротового резонатора к пению до вдоха или во время вдоха перед атакой звука и сохранения этого положения во время пения.

Первый толчок фонационного выдоха в момент атаки звука не должен выбивать гортань со своей пониженной позиции. Это обеспечивается только *мягкой атакой звука*.

Стабилизация положения гортани при смене гласных и высоты тона связана с эластичностью работы диафрагмы. *От характера вдоха* зависит степень активности первого толчка диафрагмы, связанного с ее уплощением. *От атаки звука* — ее второй толчок, связанный с ее расширением по горизонтали. При движении мелодии вверх диафрагма производит парадоксальное перемещение вниз, как при вдохе, и наоборот. Все эти перемещения диафрагмы хорошо слышны педагогу с хорошим функциональным (вокальным)

слухом. Именно эти вокальные движения в процессе работы по постановке голоса и нужно отслеживать как педагогу, так и самому ученику.

При правильной установке гортани исключается появление носового призвука в голосе. Включение резонаторов происходит рефлекторно, так как при этом все стенки воздухоносных путей голосового тракта (от кончика носа до диафрагмы) делаются упругими, что можно сравнить с натянутой струной.

Поэтому здесь уместно ввести понятие о «вокальной струне», которая должна быть достаточно хорошо натянута, чтобы она могла полноценно звучать. С недостаточно активной натянутостью этой «вокальной струны» связана и проблема фальшивой интонации, выражающейся в неумении выдерживать длинные звуки, не понижая их высоту. Как только корень языка стронется с места, натягивая эластичные ткани речевого тракта, звук сразу же попадает как бы в фокус и интонирование налаживается.

Итак, на этапе «разрезонироваться» мы научились включать резонаторы, отличать по слуху звук с резонированием от иного и произвольно управлять работой резонаторов.

Задачи 3-го и 4-го этапов работы:  
раззвучаться в речи и в пении

Решение задачи «раззвучаться» распадается на два этапа: сначала в специально организованной речи, а затем и в пении.

Свобода артикуляции в речи или пении зависит только от правильного артикуляционного уклада языка. Это тоже связано с опусканием кадыка, с одной стороны, и упругостью кончика языка, упирающегося в корни нижних зубов — с другой. Такая позиция языка непременно обеспечит активную работу артикуляционных органов, а следовательно, и четкость дикции, а также будет создавать условия для полноценного резонирования звука голоса.

Прежде чем вести работу по постановке певческого голоса, необходимо научить детей *говорить поставленным голосом*. Это целесообразно делать потому, что принципы постановки как речевого, так и певческого голоса одни и те же, а с точки зрения жизненного опыта речь для детей является более привычной голосовой функцией.

Для постановки речевого голоса следует использовать чтение текстов песен при соблюдении основных певческих установок, т. е. при неподвижной гортани; с опорой на дыхание, сохраняя положение вдоха во время фонационного выдоха в речи; на выдержанной высоте тона слегка возвышенным голосом, относительно тонов спокойной речи и при полноценности резонирования звуков речевого голоса.

Чтение осуществляется в достаточно быстром темпе, но с растягиванием последнего ударного слога каждой фразы. Такое чтение напоминает мелодекламацию, как бы чтение нараспев, какое в церковной практике называется «псалмодированием».

Быстрый темп произношения слов исключает появление зажимов артикуляционных органов при стабильном положении гортани. Чтение поставленным голосом в момент растягивания конца фразы органично переходит в пение.

Последующие за тем вокальные упражнения начинаются от того же тона, на котором осуществлялось чтение: в диапазоне  $c_1 - es_1$ . Для усиления ощущения резонирования звука полезно тянуть длинные звуки закрытым ртом ровным по силе голосом, меняя высоту тона по хроматической секвенции вниз до  $b_m$  и добываясь при этом полноценности озвучивания, как грудных, так и головных резонаторов.

Настройка голоса начинается с речевого диапазона ( $b_m - f_1$ ) и идет по принципу постепенного расширения диапазона concentрическими кругами сначала вниз, а затем вверх.

На первом этапе работы, который может продолжаться несколько недель, не рекомендуется выходить за пределы октавы:  $b_m - b_1$ . В дальнейшей работе диапазон голоса может быть постепенно расширен до децимы:  $b_m - d_2$ . Далее лучше пойти вниз до  $g_m$ , чем вверх, так как ничто так не портит голос, как частое использование предельно высоких звуков диапазона.

Однако это справедливо только в том случае, если певческий процесс осуществляется на основе использования в пении грудного или микстового регистра звукообразования. Если же голоса учащихся настроены на головное или фальцетное звучание, то границы их диапазона могут раздвигаться в сторону высоких частот без какого-либо вреда для них.

Тренировочные упражнения исполняются по диатонической или хроматической секвенции в пределах указанного

диапазона для каждого этапа работы. Число тонов каждого упражнения увеличивается также постепенно, начиная с пения на одном звуке.

В качестве примера можно привести систему упражнений Л. А. Венгрус для постановки голоса певцов в условиях хора изначально на основе грудного звучания как для детей, так и для взрослых.

## СИСТЕМА ВОКАЛЬНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ РАБОТЫ С ХОРОМ Л. А. ВЕНГРУС

Пение с закрытым ртом

*Упражнение 1.* Диапазон  $b_m - es^1$



*Упражнение 2.* Диапазон  $b_m - f^1$



*Упражнение 3.* Диапазон  $as_m - as^1$



Пение с быстрой артикуляцией: «Взрывной алфавит»

*Упражнение 4.* Диапазон  $as_m - b^1$



Пение на фонему «у» с движением диафрагмы (3 толчка)

*Упражнение 5.* Диапазон  $b_m - es^1$





Для того чтобы данная система упражнений достигала своей цели, а именно — постановку голоса в условиях хора и распевание голосов, необходимо соблюдать вокально-технический свод правил, который ниже автор приводит в своей работе [12].

### ВОКАЛЬНО-ТЕЛЕСНАЯ СХЕМА

*Энергетическая система:* тип дыхания — нижнереберно — диафрагматический, парадоксальный; три толчка диафрагмы: 1-й во время вдоха на зевке, затем — предфонатическая задержка дыхания; 2-й в момент атаки звука, что создает ощущение опоры звука и сохраняется при фонатическом выдохе; 3-й — в момент снятия звука, что можно считать имитацией 1-го толчка, т. е. движения диафрагмы при вдохе.

*Генераторная система:* оптимальное для каждого общего пониженное положение гортани, устанавливаемое различной степенью зевка и сохраняемое до конца фонации; надставная труба подобна рупору, а губное отверстие — фонеме «о».

*Резонаторная система:* как грудной, так и головной резонатор (маска) включаются как следствие пониженного положения гортани, которое сохраняется благодаря опоре звука на дыхание в области диафрагмальной мышцы.

### ПЕВЧЕСКИЙ ТОН

Его параметры адекватны стандартам профессионального певческого голоса: диапазон — две октавы и более без регистрового строения; сила голоса обеспечивает возможность исполнения без микрофона; тембр отличается густотой, объемностью, блеском, полетностью, певческим вибрато.

Любой фрагмент общего диапазона рассматривается как трех регистровый, т. е. состоящий из трех регистров: головного, медиума и грудного.

Долго протяжный звук, как и восходящая интонация, исполняется в технике прикрытия; нисходящая интонация — с сохранением головного резонирования.

Включение грудного резонирования возможно только при сохранении головного резонирования.

Посыл звука интенсивный, мягкий и вертикально вниз.

Вокализация идет следом за распеванием, продолжая работу над освоением техники сильного импеданса на новом музыкальном материале.

Таким образом, ритмо-дыхательный комплекс упражнений обеспечивает настройку голоса на правильное звукообразование. Распевание через вокализацию составляет мощный стимул создания певческого голоса, неуклонно и последовательно совершая эволюцию бытового голоса в профессиональный в технике сильного импеданса (термин Рауля Юссона), как у детей, так и у взрослых.

### **СИСТЕМА ВОКАЛЬНОЙ РАБОТЫ С ПЕВЦАМИ-СОЛИСТАМИ ПРОФЕССОРА О. Н. БЛАГОВИДОВОЙ**

Для сравнения следует привести систему вокальной работы с профессиональными певческими голосами одной из замечательных представительниц русской вокальной школы. Имя народной артистки, замечательной певицы и профессора Одесской государственной консерватории — Ольги Николаевны Благовидовой было широко известно музыкальной общественности нашей страны, особенно в середине прошлого века. Более сорока лет Ольга Николаевна успешно занималась педагогической деятельностью. Ею выпущена целая плеяда певцов, занимающих ведущее положение во многих театрах страны, в том числе и Большого театра. Среди них такие певцы, как: Балла Руденко, Александр Ворошило, Николай Огренич, Иван Пономаренко и др.

Большой интерес представляет ее методическая концепция воспитания певческих голосов, о чем можно получить представление из книги, написанной одной из ее учениц — И. А. Лебедевой.

Доминирующим принципом в работе О. Н. Благовидовой являлся принцип единства художественного и вокально-технического развития учеников.

На одном из методических совещаний свои взгляды Ольга Николаевна выразила следующими словами: «С моей точки зрения, формулировка «постановка голоса» односторонняя. Она не может идти в отрыве от музыкально-исполнительской стороны. Звук должен быть осмысленным, наполнение его содержанием помогает правильному развитию. Считаю

необходимым с самого начала обучения вырабатывать у студента музыкальность. Самое простейшее упражнение из 3–5 звуков — уже музыка. Индифферентных звуков не может быть с самого начала обучения. Современная музыка несет в себе сложные задачи. Поэтому только комплексное развитие способно воспитать певца-художника, творца, способного передать своим искусством дух времени, дух эпохи. Задача воспитания эстетических вкусов становится первоочередной» [26].

Излагая методику профессора О. Н. Благовидовой, необходимо коснуться нескольких ее моментов в работе над певческим дыханием, выравниванием голосовых регистров и резонированием голоса, дикцией и развитием техники пения.

Вопросу *дыхания в пении* О. Н. Благовидова уделяла очень большое внимание. «Поставить голос на дыхание — главная задача постановки голоса», — говорила она своим ученикам.

Профессор рекомендовала нижнереберно-диафрагматическое дыхание.

*Вдох* — плавный, глубокий, вниз и в стороны. Во время вдоха нужно хорошо ощущать ребра и спину. Необходимо сохранять ощущение этого певческого пояса во время фонации, что и создает условия для опоры звука на дыхание. Вдох рекомендовала делать носом, как бы вдыхая аромат цветка. Такой вдох не допускает понижения гортани и каких-либо мышечных зажимов. Профессор считала, что чрезмерное понижение гортани в пении ведет к утяжелению, заглублению и напряжению звука голоса, и всячески старалась избегать этого в работе с певцами *независимо от типа голоса*.

Она считала, что плавный вдох сохраняет гортань в положении *нейтрал*, как при спокойной речи, в отличие от быстрого вдоха, как при испуге, который смещает гортань относительно резко вниз. Следовательно, характер вдоха целостно организует и тип постановки голоса.

Однако следует заметить, что скорость певческого вдоха зависит от темпа исполняемого произведения и не обязательно связана со степенью понижения гортани певца (Г. П. Стулова).

Таким образом, Ольга Николаевна Благовидова была сторонницей установки гортани во время пения в речевой позиции, т. е. в положении *нейтрал*.

Большое внимание в своей работе профессор уделяла и певческому выдоху.

*Выдох* должен быть плавным, продолжительным и произвольно управляемым. Регулировка выдоха производилась постоянно во все время пения и особенно на упражнениях. Равномерность выдоха контролируется плавностью звуковедения на каждом звуке. Любой резкий толчок диафрагмой моментально отражается на качестве звука.

Работа над развитием дыхания велась в основном на певческом звуке при помощи медленных широких упражнений. Однако в случаях вялости дыхательного аппарата, слабо развитой мускулатуры Ольга Николаевна рекомендовала занятия дыханием и без пения, по таблице своего учителя Ю. А. Рейдер. Вдыхать рекомендовалось медленно в течение пяти секунд, раздвигая ребра, затем нужно задержать дыхание, как бы затаив его тоже на пять секунд. Постепенно количество секунд увеличивалось. Далее эта же система дыхательных упражнений сопровождалась счетом вслух, при ясном и позиционно высоком произношении слов. Особенно большое внимание обращалось на атаку звука упражнения, так как чаще всего ученики сразу отдавали много дыхания, и дальше петь было нечем. Когда певцу не хватает дыхания до конца фразы, следует немного ускорить темп, а по мере укрепления дыхания — вновь замедлить, т. е. довести до нужного темпа.

Ольга Николаевна считала певческое дыхание фундаментом профессионального пения, однако подчеркивала, что оно связано с другими факторами звукообразования, поэтому и развивается по мере их совершенствования.

*Вопрос голосовых регистров и резонирования* в вокальной педагогике является наиболее трудным.

Выравнивание голосовых регистров связано с правильным формированием регистровых переходов за счет округления переходных тонов. Однако округление звука рекомендуется начинать раньше, примерно за 2 тона до этих переходов, чтобы оно не носило нарочитого характера. Округление голоса Ольга Николаевна предлагала делать с помощью гласного «о», а при переходе к другим гласным звукам — сохранять резонаторные полости в позиции «о».

На верхних звуках диапазона рекомендовалось прибавлять к предыдущей настройке аппарата ощущение

широкого гласного «а». Рот открывался все больше с повышением тона, челюсть свободно падала вниз, как бы с весом тяжести.

Профессор считала, что голос должен быть округлен — от самых нижних тонов диапазона и до самых крайних верхов; должно ясно ощущаться смешение регистров. Наличие грудного резонирования необходимо на всем диапазоне голоса. В мужском голосе процент грудного резонирования должен быть гораздо больше, чем в женском. Вместе с тем самый нижний тон диапазона не должен потерять яркости, высотности и близости головного тона, т. е. высокую позицию звука.

Для выравнивания регистров полезно петь гаммы и упражнения по трезвучиям в восходящем и в нисходящем порядках. Темп исполнения упражнений должен быть сначала медленным, а затем постепенно более быстрым.

Для включения резонирования рекомендуется пользоваться сонорными согласными звуками «м, н, л, р» и звонкими: «б, д, з» в сочетании с гласными звуками. Очень редко профессор О. Благовидова использовала гласный «у», так как считала, что он приводит к углубленному звучанию голоса.

Работа над выравниванием регистров, особенно у женских голосов, начиналась с укрепления среднего (смешанного) регистра на высокой позиции (т. е. с полноценным озвучиванием головных резонаторов). Только после достаточного укрепления центра диапазона голос хорошо выравнивается на нижних звуках с постепенным прибавлением грудного резонирования, а при повышении звука — с постепенным усилением головного резонирования.

С первых шагов вокальной работы в классе Ольга Николаевна работала над *выравниванием гласных*.

Выравнивание гласных связано с умением петь их в одной вокальной позиции, т. е. при стабильном положении гортани, и умением тянуть звук. Этим характеризуется профессионализм в пении, который на языке итальянцев называется «*bell canto*».

Как правило, у необученного певца с переменной гласно-го меняется и вокальная позиция гортани, и сами гласные формируются различно, что создает пестроту звучания голоса. Гласные «и» и «е» чаще всего формируются плоско

в результате рефлекторного подъема гортани, поэтому голос на них звучит открыто. Гласный «у», напротив, формируется глубоко в результате чрезмерного опускания гортани, поэтому голос получается глухой и мало звучный.

Таким образом, самой природой в различные гласные заложены соответствующие качества звука: «и, э» — близость, «а» — широта и объемность голоса, «о» — округлость, собранность, «у» — закрытость, глубина. Поэтому дело педагога умелым сочетанием и комбинированием гласных в поисках оптимального положения гортани для каждого ученика найти наиболее красивое тембровое звучание и сохранять его на всех гласных и на всем диапазоне голоса.

Все гласные должны формироваться в передней части артикуляционного аппарата при активном участии губ. Певческая артикуляция по сравнению с речевой требует большего округления, «облагораживания» гласных.

В работе над дикцией Ольга Николаевна нередко использовала *декламацию текстов* исполняемых произведений, много внимания уделяла грамотности и культуре речи, выразительности, осмысленности и эмоциональной окрашенности слова.

*Работа над вокальной техникой* велась как на специально составленных ею комплексах упражнений, так и в процессе освоения репертуара.

Распеванию голоса уделялось обычно 15–20 минут. Начинался урок с коротких несложных упражнений, которые рекомендовалось петь на *mezzo-forte*, без форсировки. Затем переходили к широким гаммообразным и арпеджированным упражнениям. Обычно они исполнялись на гласной, наиболее ярко резонирующей, чаще всего «и». Эту гласную профессор рекомендовала петь без нажима, легко, чтобы ощутить близость и точность атаки звука.

Между упражнениями делалась пауза для отдыха ученика, с этой же целью и переходы из одной тональности в другую исполнялись на фортепиано тоже медленно. В конце распевания предлагались упражнения в быстром темпе и на полном диапазоне.

При исполнении вокальных экзерсисов считалось полезным ставить перед учениками задачу петь с разным настроением, что помогало развитию тембровых красок голоса, достижению эмоциональной выразительности.

Ольга Николаевна придавала большое значение *самостоятельной работе* учеников над техникой своего голоса.

«Техника делает гортань выносливой, крепкой и гибкой» — говорила она. Необходимо было работать над тщательностью исполнения в одной позиции различных гласных и каждого звука мелодии.

Введение технических трудностей происходило очень постепенно. Для начала темпы упражнений были очень медленные, чтобы все звуки были точно поставлены как позиционно, так и интонационно. Трудность упражнений зависела от степени подготовленности ученика.

Упражнения, которыми пользовалась О. Н. Благовидова, представляют собой целую систему, строго продуманную и четко детализированную.

Они структурированы по этапам работы и приводятся ниже с соответствующими комментариями.

### **СИСТЕМА УПРАЖНЕНИЙ В КЛАССЕ ПРОФЕССОРА О. Н. БЛАГОВИДОВОЙ**

Всю систему упражнений профессора Благовидовой можно разделить на 4 группы:

Упражнения для выработки плавного звуковедения (начальные упражнения № 1–16).

Упражнения № 17–26 для выравнивания регистров на всем диапазоне голоса (в основном для средних курсов консерватории).

Упражнения, основанные на интервалах и арпеджио, предназначались для развития диапазона голоса и широкого дыхания (№ 27–39 для средних курсов консерватории, а остальные, с элементами динамики и филировки, для старших курсов).

Упражнения № 50–71 для развития техники голоса: гаммы и различные виды упражнений (для средних и старших курсов консерватории).

#### **Первая группа (упражнения 1–16)**

Упражнение № 1 для развития продолжительности звучания и для выравнивания гласных. Петь сначала на одном гласном, наиболее удобном, прибавляя затем остальные, следя за тем, чтобы звук при переходе от одного гласного



а при пении нисходящего звукоряда из пяти звуков — точной атаки верхнего тона.



Упражнение № 6 используется при надсаженном грудном регистре у женщин и вялом центре у мужчин.



Упражнение № 7 применяется с той же целью: нужно укрепить звучание первой четверти при помощи вспомогательной гласной или согласной и вести гамму вниз, не меняя позиции звука. Для высоких голосов рекомендуется начинать с «с<sub>2</sub>», а для низких — с «а<sub>1</sub>-в<sub>1</sub>». Это упражнение хорошо петь со словами. Данное сочетание слогов удобно для формирования верхнего тона у баритона.



Упражнение № 8 использовалось для переноса резонирования гласной «и», спетой на «затаенном» дыхании, на гласную «а» с сохранением того же направления звука. Темп умеренный.



Упражнение № 9 для развития пения легато в умеренном темпе. При этом необходимо следить за плавным переходом от 3-го к 4-му тону, с гласной «и» на гласную «а», и за сохранением высокой настройки при обратном ходе, рекомендуя округлять ее по образу гласной «о».



Упражнение № 10 рассчитано на достижение точности «атаки сверху» вначале каждой дуоли. Для более точной атаки можно прибавлять согласные.



№ 11 и № 12 — упражнения для освоения триольного ритма. Следует слегка усиливать голос к верхнему тону, а к нижнему — несколько ослаблять звучание.



№ 13 — упражнение для легкой и точной атаки нижних тонов. Можно начинать со вспомогательной гласной. То же петь в более быстром темпе шестнадцатыми.



№ 14 — упражнение для снятия напряженного и перегруженного звучания на нижних и средних тонах диапазона. Упражнение особенно полезно для меццо-сопрано при ломающемся переходе грудного регистра.



№ 15 — упражнение для сохранения правильной настройки голосового аппарата. Начиная на гласную «и», стремиться вверх к гласной «а», брать ее легко, снимая. На том же дыхании, не меняя настройки аппарата, «атаковать сверху» верхний тон и легко сбегать вниз, сохраняя высокую вокальную позицию ее звучания. Удобно повторить два раза для закрепления ощущения. Темп *allegretto*. Это одно из наиболее любимых студентами упражнений для начала урока.



№16 — упражнение для развития дыхания, для выработки широкого, плавного пения. Усиливать звучность к кульминационной точке (залигованному верхнему тону), петь как можно медленнее. Это же упражнение можно петь тяжелым стаккато (*martellato*), в том случае, если при пении *legato* допускается смазывание перехода с одной ноты на другую (т. е. *portamento*).



### Вторая группа (упражнения 17–26)

№17–22 — упражнения для выравнивания регистров, особенно при резко ломающемся переходе в грудной регистр у меццо-сопрано и вялом, незвучащем нижнем регистре у мужских голосов. Следить за сохранением высокой позиции верхнего тона на всем протяжении упражнения.



№ 23, 24 — упражнения для развития гибкости, подвижности гортани, беглости на среднем этапе обучения. Петь светлым звуком, сохраняя ритмическую четкость, не форсировать, слегка усиливать звучность к верхнему тону (фермата) и уменьшать при возвращении. На первой четверти при ходе вниз можно спеть замедленную триоль, как бы желая укрепиться в высоком звучании и потом легко спуститься, не меняя направления звука. Полезно делать легкий акцент на 1-м звуке каждой четверти для большей четкости. Темп по возможности ускоренный.

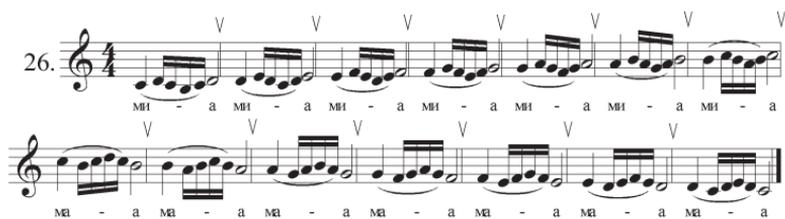
23.    
 ми - и - и - и - и - и - и - и - а - а - а - а - а - а - а - а - а

24.    
 ми - и - и - и - и - и - и - и - и - а   
   
 ма - а - а - а - а - а - а - а - а - а

№ 25, 26 — упражнения М. И. Глинки для выравнивания звучания на всем рабочем диапазоне. Начинать легко, стремиться к половинным нотам в каждом такте и к высокому тону (октава) в середине упражнения. При возвращении вниз следить, чтобы звук не «опрокидывался», а сохранял высокую, округленную позицию. При переходе к грудному регистру сохранять максимально головное резонирование путем приближения звучания голоса к гласной «о», постепенно прибавляя грудное звучание.

При пении в более быстром темпе триоли и квартоли на 2-й четверти являются подготовкой к группетто.

25.    
 ми - а   
   
 ма - а ми<sup>3</sup> - а ма - а

26. 

### Третья группа (упражнения 27–49)

№ 27, 28. Пение широкого арпеджио сверху требует активизации мягкого нёба при переходе к верхним тонам. Упражнение особенно удобно для больших драматических голосов. Упражнение следует петь на гласную «а», округляя ее на верхнем тоне.

27. 

28. 

№ 29. Арпеджио с опеванием верхнего тона. Петь очень медленно, тщательно выпевая и подстраивая все интервалы.

29. 

№ 30 — вариант упражнения № 29 с прибавлением хроматизмов.

30. 

№ 31. Широкое арпеджио снизу вверх стимулирует разбег к верхнему тону, на котором следует хорошо закрепить. В обратном ходе упражнения сохранять головное резонирование, постепенно прибавляя грудное.

31. 

№ 32 — упражнение для сохранения высоты звучания протяжного тона. Спускаясь с вспомогательной гласной «и» на секунду, следить, чтобы половинная нота сохранила высоту звучания на гласной «а», слегка округленной формы. Темп медленный, насколько позволит владение дыханием.



№ 33–35. Для закрепления интервалов мажорного трезвучия. Для развития гармонического слуха полезно петь эти упражнения и в миноре или чередовать мажор и минор. Петь легато, тяжелым стаккато (*martellato*); а легким голосам петь острым стаккато.



№ 36,37 — упражнения на интервалы, расположенные по ступеням гамм. Первый вариант лучше петь тяжелым стаккато более медленно. Второй вариант для подвижности голоса петь очень легко, острым стаккато.



№ 38 — упражнение для выработки ровности звучания на больших интервалах в медленном темпе. При переходе на нижний тон включать грудной резонатор, сохраняя

головное звучание, т. е. петь на округленное, высоко сформированное «а». Это упражнение можно петь и на другие гласные.

38.  и т. д.

№ 39 — видоизмененное упражнение № 38. При нисходящем движении подстраивать звучание гамм к позиции верхнего тона. Полезно упражнение для всех голосов. Вариант со стаккато используется для легких голосов.

39. 

№ 40. Мажорное трезвучие с элементами развития динамики звучания и стаккато. Первый тон для собранности и близости звучания берется на гласную «и», который затем легко переводится на второй триоли в гласную «а». Вторая триоль на *piano* и *staccato* должна остаться в той же настройке аппарата, все упражнение исполняется на одном дыхании.

40. 

№ 41 — усложненный вариант упражнения № 40, в основном для легких, высоких голосов.

41. 

№ 42 — упражнение для развития голоса вверх и хорошей атаки звука. Полезно применять в случае утечки дыхания из-за вялого смыкания голосовых связок. Начинать на вспомогательную гласную, две восьмые брать острым стаккато, как бы намечая позицию для последней четверти, которую стараться взять остро, применяя высокую гласную

«а». На последнем кульминационном тоне можно внести элементы филировки.

42. 

ми - а а а ми - а а а ми - а а а - а

№ 43–45 — варианты упражнения № 42 — для колоратурного сопрано.

43. 

ми - а а а а а ми - и и и и а ми -



а а а а а ми - и и и и а а - а - - - а

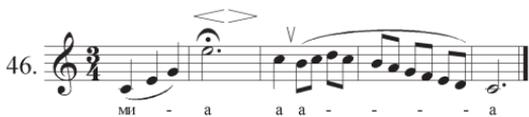
44. 

ми - а а а а а а - - - - а

45. 

ми-а а а а а а - - - - а

№ 46 — упражнение для формирования звука и развития дыхания. Трезвучие петь медленно, на вспомогательную гласную, сделать ход на сексту с легким *portamento*. Начать верхний тон сверху прикрытой гласной «а», усилить звучание по возможности до полного *forte*, свести на дыхании к звучанию *piano* и спокойно восьмьюми легато вернуться в тонику, сохраняя головное резонирование. Вначале филировку вести только от *piano* к *forte* на среднем диапазоне. Темп спокойный и при достаточной впетости упражнения темп замедлить до очень широкого *lento*.

46. 

ми - а а а - - - - а

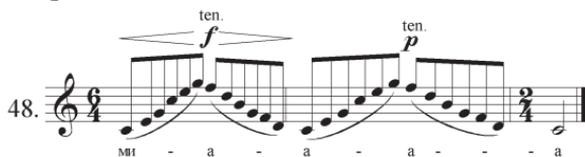
№ 47 — сложное упражнение для развития дыхания, динамических контрастов. Начинать *piano* на задержанном дыхании, легким высоким звуком *legato*. На третьей четверти сделать легкий акцент, укрепляя опорный звук, первый высокий тон взять *mezzo-forte*, следя за головным резонированием, второй *forte*, третий ферматный на *pianissimo*, выдержать по возможности.

Во второй музыкальной фразе повторить те же приемы, последнюю четверть перед разрешением в тонику можно филировать. Упражнение это Ольга Николаевна считала очень полезным и дающим положительные результаты для правильного звуковедения. При большой тренировке диапазон упражнения может быть доведен до крайних верхних тонов.

47. 

ми - а а а ми - а а а а

№ 48 — упражнение для укрепления диапазона *forte* и *piano*. Петь в медленном темпе, на крепкой дыхательной опоре.

48. 

ми - а - а - а - - - а

№ 49 — вариант упражнения № 48. Вторую фразу петь в миноре для развития интонационной устойчивости. В работе с колоратурным сопрано после двух широких музыкальных фраз можно повторить их стаккато в быстром темпе.

49. 

ми - а - а - а - - - а

#### Четвертая группа (упражнения 50–71)

№ 50–52 — упражнения даются на начальных этапах освоения техники гамм. Следует стремиться в пассажах

к четвертым долям и хорошо закрепиться в позиции верхнего тона. Упражнения очень полезны при вялой атаке звука.



№ 53, 54. Гаммы большей протяженности требуют большого объема дыхания и умения его распределять. В упражнении стремиться к верхнему тону и делать на нем легкий акцент. Следить за точностью интонирования и протяженности каждого звука. Темп умеренный.



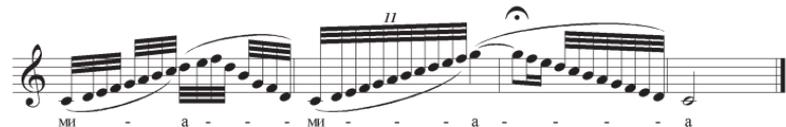
№ 55 — упражнения для развития беглости голоса при пении гамм. Петь их необходимо на одном дыхании. Начинать упражнение лучше на вспомогательную гласную с «мелкой» артикуляцией. Темп быстрый.



№ 56, 57. Варианты упражнения № 55 для колоратурного сопрано, исполняется на одном дыхании.

56. 

57. 



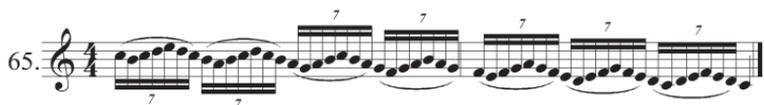
№ 58, 59 — упражнения для развития беглости в гаммах на всем диапазоне голоса. Вначале брать дыхание каждые два такта. По мере освоения упражнения и постепенного увеличения темпа следует брать дыхание только в середине упражнения.

58. 

59. 

№ 60 — упражнение для развития ровности звучания и беглости на длинном звукоряде. Петь восьмыми в умеренном темпе, усиливать звучность при восхождении и уменьшать её при нисходящем движении. Эту же девятку петь в оживленном темпе шестнадцатыми. По мере овладения плавным звуковедением и длинным дыханием упражнение следует усложнить: петь *forte*, а при повторении *piano*. Для лирического и колоратурного сопрано в четвертый раз спеть *staccato* в быстром темпе и на одном дыхании. Рекомендуется исполнять это упражнение по всему диапазону.

№ 61–65 — упражнения для подготовки мордентов, группетто и прочих мелизмов. Петь их следует с мелкой артикуляцией и, по возможности, на одном дыхании. Упражнения предназначено, в основном, для легких голосов.



№ 66, 67 — упражнения для подготовки форшлагов. Арпеджио необходимо петь *legato*, начиная с вспомогательной гласной «а» или же с согласных «м», «д». Для более активной атаки звука можно начинать *staccato*. После остановки на половинной ноте взять дыхание, легко акцентировать тридцать вторую, снимая шестнадцатую с точкой. В конце упражнения следует спеть легкую гамму, усиливая звучность при восхождении и уменьшая её при ходе вниз.



№ 68–71 — подготовительные упражнения к трели.



Таким образом, основные задачи вокальных упражнений профессора Благовидовой следующие:

- развитие певческого дыхания;
- выравнивание тембрового звучания гласных и голосовых регистров;
- развитие певчести, подвижности и силы голоса;
- расширение звуковысотного диапазона;
- обогащение тембрового звучания голоса;
- владение различной нюансировкой и филированием звука на любой высоте голоса;
- развитие вокальной техники;
- овладение мелизматикой и всеми видами украшения голоса.

### **ИЗ ОПЫТА ВОКАЛЬНОЙ РАБОТЫ ПЕДАГОГА Н. С. ХАРЛАМПИЕВОЙ**

Н. С. Харламбиева — известный московский педагог-вокалист конца XX века.

Она считала, что для правильного вокального развития ученика чрезвычайно важен именно первый этап обучения как начальный толчок, от которого зависит весь дальнейший его путь. Поэтому особенно велика ответственность педагога, призванного запустить целостный механизм голоса по нужному, единственно правильному пути развития. Иначе можно долго блуждать по ложным и тупиковым путям: учиться всю жизнь, но так и не научиться.

Главный критерий опытного педагога, его состоятельность — это успехи его учеников. В пении нет неумелых учеников, есть неумелые педагоги.

Практика показывает, что привить ученику необходимые навыки в пении можно даже при его внутреннем сопротивлении или неосознанности своих ощущений, т. е. на уровне подсознания.

Научить петь можно всех, если соблюдать основные принципы: естественность, органичность, простота, а как результат — ощущение успеха самим учеником в очень короткий срок, примерно через один месяц от начала занятий.

Эти принципы и лежали всегда в основе вокальной работы с учениками Н. С. Харламбиевой, что позволяло ей

неизменно добиваться успеха и положительных результатов в своей работе.

Вот как Н. С. Харламбиева начинала свои занятия.

Сначала она вкратце знакомила ученика с основами физиологии пения; говорила о значении и роли свободной диафрагмы в пении; о том, что диафрагма поддерживается тремя основными мышцами живота: двух косых (по бокам) и одной прямой (посередине).

Мышцы гладкой мускулатуры дыхательных путей, которые реально управляют дыханием и, следовательно, самым голосом не подчиняются нашему сознанию. Мы можем воздействовать на них, лишь опосредованно: через развитие тех мышц, которые нашему сознанию подчиняются. Это, прежде всего, вышеупомянутые мышцы живота, развитие которых дает толчок развитию и других мышц тела.

В процессе учебы перестройка коснется всего организма, произойдут неизбежные изменения для нужд пения в мускулатуре туловища, шеи, лица.

Далее ученику сообщалась странная вещь: «дышать в пении не нужно». Иначе говоря, делать сознательный вдох перед началом пения просто запрещается, так как это повлечет за собой ненужный зажим. Чтобы избежать этого, перед пением нужно спокойно выдохнуть лишний для пения воздух. Выдох перед пением обязательно раскрепостит дыхательную мускулатуру.

Сделать выдох следует спокойно и плавно, узкой длинной струей, обратив внимание на то, как при этом слегка активизируются мышцы живота. После выдоха сразу надо начинать петь, так как последующий вдох, предваряющий атаку звука, произойдет автоматически, незаметно, умеренно и достаточно глубоко.

Живот пригодится в конце вокальной фразы, когда на последнем гласном звуке, протянутом как бы на жалобном стоне, следует ребрами ладоней подтянуть живот от самого его низа строго вертикально вверх и со стоном резко оборвать звук, одновременно отнимая руки от живота и предоставляя его мышцам свободно «упасть» вниз. Это был ее центральный и обязательный прием. Условно он назывался «сбросом напряжения» мышц живота или «сбросом звука» в конце каждой фразы.

Именно в этот момент автоматически набирается столько дыхания, сколько реально необходимо для дальнейшего пения: не больше и не меньше. «Вот ведь резиновую грушу, — говорила Надежда Самойловна, — чтобы наполнить воздухом, не нужно как-то принудительно растягивать в стороны: достаточно ее просто сжать и разжать, тогда воздух войдет в нее в нужном количестве».

Прием так называемого «сброса звука» является основополагающим в развитии правильного певческого дыхания. Сначала он осуществляется под контролем педагога и ученика. Через 2–3 месяца тренировок он, как правило, становится автоматизированным. Именно это дает импульс к последующей перестройке певческой мускулатуры и к непрерывному развитию голоса, который достигает качества профессионального звучания в среднем через 3–3,5 года с момента начала занятий.

Вышеописанные приемы осваивались учениками сначала на простейших упражнениях, а затем и на песенном репертуаре, доступном ученику, чаще всего из народных песен.

Во время исполнения песен педагог следила не только за исполнением «сбросов звука», но и за естественностью звукообразования, пресекая всякие попытки искусственного «украшения» голоса, которые по своей сути есть зажимы.

Петь предлагалось в полный голос, так как педагог считала, что пение на пиано пока недоступно начинающему ученику. Однако кричать, специально «нажимать», т. е. форсировать звук она не позволяла. Надежда Самойловна утверждала, что большой звук придет сам со временем. Не нужна и искусственная его яркость. Звучность голоса достигается в результате простоты пения, когда начинают сами собой озвучиваться головные резонаторы. Постепенно начинает звучать все тело, озвучивая весь организм. Это и есть настоящее правильное пение.

Простоте звукоизвлечения уделялось очень большое внимание. Если кто-то из учеников страдал излишними зажимами голоса или склонностью к «украшательству», то ему предлагалось даже утрировать простоту. «Пой по слогам. Пой, пожалуйста, как попало. Не старайся! Не украшай голос, не заботься сейчас о звуке... Пой «тяп-ляп»... Только не забывай делать «сбросы звука» на слове в конце фраз».

Постепенно замечаний по дыханию становилось все меньше, и, наконец, педагог говорила: «Я тебе больше не нужна. Ты уже научился петь».

Слышать это через 2–3 месяца от начала занятий было странно, но со временем ученик убеждался в том, что процесс развития его голоса действительно стал необратим и постепенно набирает силу.

Итак, еще раз следует повторить основные педагогические установки Надежды Самойловны Харламповой:

- дыхание перед пением специально не набирать, а, напротив, для предотвращения возможных зажимов медленно выдохнуть лишний воздух;
- петь просто, без ухищрений и украшений, достаточно громко, но не форсируя звук и стараясь избегать зажатости мышц голосового аппарата;
- в конце каждой фразы на последнем звуке обязательно делать сброс звука, тем самым обеспечивая автоматический вдох, а с мышц живота снимая напряжение.

Для этого последний гласный звук фразы необходимо сбросить сначала при помощи рук: одновременно обеими руками (ребрами ладоней) вертикально подтянуть живот от самого его низа вверх, а потом резко, как при споне, оборвать звук, отняв руки, поддерживающие живот, давая его мышцам свободно расслабиться.

Через 2–3 месяца новый усвоенный тип дыхания утвердился и осуществлялся уже автоматически, а через 3–3,5 года голос певца достигал профессионального звучания. По записям в дневнике Надежды Самойловны, именно столько времени требовалось ее ученикам для достижения этого переломного рубежа. Далее голос продолжал развиваться в течение всей жизни, но уже в профессиональном отношении.

Занимаясь по такой методике, ученик уже через 2–3 недели от начала обучения мог почувствовать первые благоприятные перемены: исчезали неприятные ощущения в горле, до сих пор сопровождавшие пение, ощутимо укреплялись мышцы брюшного пресса, улучшалась чистота интонирования и тембр голоса.

Из данных педагогических установок становится очевидным, что в процессе обучения пению основное внимание педагога направлено на организацию певческого дыхания, точнее выдоха непосредственно перед атакой звука и во

время фонации и сброса звука со стоном в конце каждой фразы. Произвольный выдох создает условия для непровольного, автоматизированного вдоха, исключая лишние мышечные зажимы голосового аппарата. Далее развитие голоса идет по принципу саморегуляции, так как педагог в своей работе в основном опирается на безусловные рефлексы, т. е. автоматизированные дыхательные движения, данные человеку от природы.

Педагог считает, что использование в педагогической практике сознательных установок может и должно играть существенную роль. Однако никогда не следует забывать о необычайной сложности работы голосового аппарата, его преимущественной автоматичности и целостности, неразрывно связанной со слухом и рядом специфических ощущений, порой расплывчатых и мало уловимых.

### Из опыта вокальной работы педагога В. С. Козмина

№ 1.

№ 6. 

ма \_\_\_\_\_ лѐ \_\_\_\_\_ ре \_\_\_\_\_ ма \_\_\_\_\_

№ 7. 

ля \_\_\_\_\_ лю \_\_\_\_\_ на лю на

№ 8. 

ля \_\_\_\_\_ лю \_\_\_\_\_ на лю на

№ 9. 

и э а о у  
а э и о у  
у о а э и

№ 10. 

и \_\_\_\_\_ е \_\_\_\_\_ я \_\_\_\_\_ ѐ \_\_\_\_\_ ю

В данный комплекс упражнений для настройки певческого голоса и его развития вошли лишь те, которые наиболее часто используются на уроках педагога и носят общий характер для всех типов голосов. В основе структуры их мелодики и последовательности использования просматриваются хорошо известные принципы концентрического метода М. И. Глинки, однако, с некоторой собственной трактовкой.

*Упражнение № 1* начинается не с примарных тонов, а с переходных звуков между голосовыми регистрами. Это упражнение при пении закрытым ртом сразу создает условия для включения певческих резонаторов, а при пении на слог «су» — для активизации мягкого неба и понижения гортани. Следует заметить, что при пении этого упражнения желаемого эффекта можно добиться только при условии proportions гласного «у» с фонетической определенностью.

*Упражнения № 2 и 3* наводят певца на ощущение диафрагмы в моменты резкого сброса звука на каждой второй из двух нот мелодии.

*Упражнение № 4* представляет собой нисходящую секвенцию из трех звеньев. Оно способствует формированию навыка звуковедения *legato*, сглаживанию регистровых переходов и естественному округлению гласного «а» по принципу следового рефлекса после пения «о».

*Упражнение № 5* при пении *staccato* хорошо активизирует краевое смыкание голосовых связок певцов при вялости звукообразования, а при пении *legato* ровным по силе звуком включает дыхание, наводит певца на ощущение опоры звука на дыхание. Это упражнение можно исполнять на гласный «у», а при пении *legato* — на слог «лю», «гу» (по-украински) или с названием нот.

*Упражнение № 6* представляет собой усложненный вариант предыдущего упражнения.

*Упражнения № 7 и 8* используются для сглаживания голосовых регистров, расширения звуковысотного диапазона и активизации работы певческого дыхания.

*Упражнение № 9* предназначено для выравнивания звучания гласных. Педагог считает, что в работе с певцами следует формировать ровность звучания различных гласных, главным образом, по силе и тембру, добываясь при этом фонетической определенности при произношении их в пении. Это возможно только при условии сохранения одной и той же вокальной позиции, т. е. при стабилизации положения гортани в пении.

*Упражнение № 10* предназначено для развития подвижности голоса певцов, а также для расширения звуковысотного диапазона и сглаживания регистрового звучания.

*Этапы освоения упражнений:*

- разучивание мелодий упражнений и по возможности постепенное расширение звуковысотного диапазона;
- в дальнейшей работе при повторении этих же упражнений постепенно и последовательно ставятся и решаются следующие задачи:
  - 1) перед атакой звука надо приготовить скрытый зевок;
  - 2) прежде, чем исполнить какое-либо вокальное упражнение необходимо иметь внутрислуховое представление не только о высоте первого звука, но и всей его мелодической линии и способе интонирования;

3) атака звука должна быть мягкой и интонационно точной. Для этого в момент атаки следует, как-будто едва прикоснуться к звуку и мгновенно наполнить его энергией, как при быстром *crescendo*;

4) при исполнении упражнений на *legato* использовать скользящее движение голоса при сохранении фонетической определенности гласных;

5) при повышении тона необходим дополнительный зев;

6) при нисходящих звукорядах в мелодии нельзя терять энергетика звука и опускать мягкое небо до конца упражнения, что приводит к ослаблению опоры дыхания;

7) при пении длинных нот рот не должен закрываться;

8) в конце каждой фразы необходимо сделать активный сброс дыхания, как при стоне, толчком диафрагмы снизу вверх, не ломая форму ротового резонатора, что обеспечит правильную атаку звука перед следующей фразой;

9) исполнять одно и то же упражнение с различной динамикой, меняя характер звуковедения, тональность и темп и т. д.

#### ВОПРОСЫ К СЕМИНАРУ ПО ТЕМЕ:

#### «ВОПРОСЫ МЕТОДИКИ ПОСТАНОВКИ ПЕВЧЕСКОГО ГОЛОСА»

1. Всякое ли пение может служить положительным фактором общего и специфического развития личности ребенка?

2. Какие основные вокальные навыки вы знаете?

3. Какие этапы вокальной работы с детьми лежат в основе структуры каждого урока?

4. Определите круг задач каждого этапа работы педагога с точки зрения знаний, умений и навыков.

5. Какие упражнения необходимо использовать для решения учебных задач на каждом этапе работы по постановке детского голоса?

6. Какие методы для активизации работы головных резонаторов используются в певческой практике?

7. При каких условиях можно добиться выравнивания гласных в пении?

8. Какие виды атаки звука вы знаете и как их можно использовать в работе с детьми?

9. Проанализируйте систему вокально-тренировочных упражнений Л. А. Венгрус с точки зрения последователь-

ности задач по постановке голоса учащихся в коллективных условиях.

10. В чем проявляется специфика вокальной работы с певцами-солистами?

11. В чем заключается сущность постановки голоса и ее особенности в зависимости от жанрового направления в вокальном искусстве?

## МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА

### Основная

*Барсов Ю. А.* Вокально-исполнительские и педагогические принципы М. И. Глинки. — Л., 1968.

*Венгрус Л. А.* Пение и «фундамент музыкальности». — Великий Новгород, 2000.

*Венгрус Л. А.* Начальное интенсивное хоровое пение. — СПб., 2000.

*Лебедева И. А.* О. Н. Благовидова — педагог. — М., 1984.

*Стулова Г. П.* Акустико-физиологические основы вокальной работы с детским хором. — М., 2005.

### Дополнительная

*Вербов А. М.* Техника постановки голоса. — Л., 1931.

*Дмитриев Л. Б.* Основы вокальной методики. — М., 2002.

*Морозов В. П.* Искусство резонансного пения. — М., 2008.

*Стулова Г. П.* Теория и практика работы с детским хором. — М., 2002.

## ТИПЫ МЕТОДОВ ВОКАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ РАБОТЫ С УЧАЩИМИСЯ

Все многообразие средств, которые педагоги используют в процессе вокально-технической работы, в основном можно свести к трем типам.

1. Метод *сознательных установок* чисто технического характера.

Под сознательными установками подразумеваются требования к ученику, которые он может выполнять, сознательно регулируя работу голосового аппарата. К числу таких требований следует отнести использование того или иного типа дыхания, степень раскрытия рта, положения языка, поднятия мягкого неба, расширения глотки и т. п.

2. *Метод подражания*, относящийся как к технической, так и к эмоционально-выразительной сторонам исполнения.

Особенно широко этот метод используется в работе с детьми. Механизм подражания преимущественно развертывается подсознательно. Подражание целостно организует голосовую функцию и дает возможность сознательно закреплять то, что непроизвольно возникает.

3. Воздействие педагога на вокально-техническое и художественно-исполнительское развитие учащегося *посредством учебно-дидактического материала* (упражнения, вокализы и вокальные произведения с текстом).

Традиционная теория пения нередко переоценивала влияние сознательных установок на ход развития голоса. Данные современной науки, свидетельствующие о преимущественной автоматичности и целостности механизма голосообразования, говорят о том, что роль сознательных установок как возможности произвольной регуляции механизма фонации, особенно при воздействии на отдельные звенья голосового аппарата, должны быть весьма ограничены.

С точки зрения физиологии И. М. Сеченов понимал под произвольными движениями — движения привычные, заученные под влиянием жизненной потребности. Здесь речь шла о скелетной мускулатуре. Певческий же акт, в котором значительную роль играет внутренняя (висцеральная) часть голосового аппарата, по существу, более автоматичен. Поэтому положение И. М. Сеченова особенно ярко иллюстрируется вокально-педагогической практикой. Практическое, а не словесное понимание таких атрибутов пения, как «опора», «высокая позиция» и пр. всегда возникает у учащихся лишь тогда, когда оно у них уже фактически получается. Нахождение этих ощущений в основном протекает непроизвольно, в процессе тренировки, под контролем слуха педагога.

Само собой разумеется, что педагог может применять лишь те указания и приемы, которые целостно организуют голосовую функцию, соответствуют индивидуальности и этапу развития учащегося.

Метод подражания также имеет свои достоинства и недостатки. В связи с этим возникает необходимость рассмотрения его с трех сторон: музыкально-исполнительской, вокально-методической и общепедагогической.

В процессе овладения музыкально-исполнительскими навыками при использовании метода подражания положительный момент заключается в возможности конкретно, практически показать характер исполнения произведения, раскрыть заключенный в нем художественный образ. Кроме того, высокопрофессиональное исполнение обладает большой силой эмоционального воздействия на ученика, что заражает его желанием к подражанию и способствует развитию вокальной техники на отдельных этапах обучения

Что же касается отрицательных сторон, то они заключаются в том, что между педагогом и учащимися может существовать значительное различие в характере их голосов, уровня вокально-технического и психического развития. Если это не учитывается в процессе обучения, то метод показа и подражания может привести к весьма нежелательным последствиям.

С вокально-методической точки зрения подражание может быть использовано с достаточным и даже значительным эффектом, особенно в работе с детьми. Для этого педагог должен руководствоваться двумя основными принципами, имеющими значение не только со стороны вокальной, но и общепедагогической.

Прежде всего, подражание не должно приводить к слепому копированию, лишаящему учащегося индивидуальных черт как в вокально-техническом, так и музыкально-исполнительском отношениях.

Нельзя чрезмерно злоупотреблять данным методом обучения, так как это лишает ученика сознательной активности и приближает процесс обучения в какой-то степени к «дрессировке».

Таким образом, метод показа и подражания можно применять, но весьма умеренно, крайне осмотрительно и в гармоничном сочетании с другими средствами педагогического воздействия (сознательные установки, дидактический материал).

Решающим моментом в процессе педагогического воздействия на учащихся является *учебный материал* (вокальные упражнения, певческий репертуар).

Дидактический материал будет развивающим для учащихся только в том случае, если при его составлении педагог

учитывал общемузыкальный, вокально-технический и эстетический уровни развития учащихся.

Мелодии песен, прежде всего, должны нравиться учащимся и быть легко запоминаемыми. Эмоционально-положительное отношение к понравившейся песне создает у учащихся психологическую установку на ее разучивание, а легкость воспроизведения мелодии связана с проблемой перестройки соотношения голосовых регистров в зависимости от tessitury. В связи с этим следует рассмотреть трудности интонирования отдельных элементов музыкальных структур.

По данным педагогического опыта, в общем согласующегося с результатами музыкально-психологических исследований, учащимся легче удаются те интонационные ходы, которые строятся на интервалах — консонансах, имеющих большую степень благозвучия.

Из теории музыкально-слухового восприятия хорошо известно, что все интервалы можно расположить в ряд по степени убывания характерного для них слияния звуков: октава, квинта, терция, секста, кварта и т. д.

При их исполнении проявляются сложные взаимодействия психологии слухового восприятия и физиологии голосообразования, связанного с перестройкой биомеханизма голосовых регистров.

Например, наибольшая степень слияния звуков характерна для интервала *октавы*. При восходящем ее движении в пределах одного голосового регистра певец сталкивается с физиологической трудностью, так как ход на широкий интервал требует от певца умения сохранить неизменной вокальную позицию гортани, в противном случае в звучании голоса появится напряжение. Поэтому восходящий интервал октавы в пределах одного голосового регистра легок психологически, но труден физиологически.

Значительно проще спеть восходящую октаву через регистровый порог, например, из грудного регистра в фальцетный. Наконец, эта трудность совсем исчезает при движении голоса на октаву вниз, так как в данном случае это связано с расслаблением физиологического напряжения голосообразующей системы.

Степень слияния звуков в *квинте* больше, чем в *терции*, но ход вверх на квинту физиологически труднее, чем на терцию. Особенно эта трудность проявляется при пении

полным голосом, чему способствует усиление грудного звучания голоса.

Интервал *секунды* относится к типу диссонансов, так как не обладает благозвучием. Несмотря на то, что этот интервал узкий, и, казалось бы, физиологически должен быть простым, интонирование мелодии, основанной на *восходящем* движении по соседним ступеням, представляет значительную психологическую трудность, а эти же секунды при *нисходящем* движении петь легче, так как при этом разрешается одновременно и психологическое, и физиологическое напряжение.

То же самое можно сказать относительно интонирования *трезвучия*. Самым легким переходом для голоса является *нисходящее трезвучие* с доминанты на тонику. Это связано с неизбежным облегчением регистрового биомеханизма голосообразования.

Таким образом, вопрос о музыкальной структуре упражнений следует решать с учетом удобства интонирования интервалов и их влияния на регистровую перестройку голоса по всему диапазону.

Педагогу следует иметь в виду существующую от природы приспособляемость голосообразующей системы на рефлекторном уровне в зависимости от направления движения мелодии.

Упражнения, основанные на *восходящем* движении, способствуют расширению диапазона грудного звучания на более высокие звуки.

*Нисходящие* мелодии, напротив, настраивают голоса певцов на более головное звучание при пении и низких звуков голосового диапазона.

Упражнения, мелодии которых разворачиваются *от центра*, концентрическими кругами (М. И. Глинка), настраивают голоса певцов на *смешанное звучание*.

В данных взаимосвязях проявляется закон «физиологической инерции» [3], который заключается в непроизвольной тенденции голосового аппарата сохранять исходную установку и при интонационных переходах.

Так, например, при движении вверх по гамме или арпеджио певец непроизвольно удерживает установку и регистровый механизм нижнего звука. При нисходящем мелодическом движении регистровое соотношение верхнего

звука непроизвольно переносится на нижние звуки, хотя несколько меньше, чем при восходящем движении.

Особо следует отметить влияние *темпа и характера звуковедения* на регистровое звучание голоса. Медленные темпы в нижней части диапазона способствуют возникновению более насыщенного звучания, т. е. настраивают голос на грудной регистр. Подвижные темпы, напротив, — способствуют облегчению звука, приближая его к фальцетному типу.

Пение *staccato* в быстром темпе обычно наводит на ощущение активности диафрагмы и вызывает чувство опоры звука, а также ограничивает излишнее вмешательство сознания в механизм голосообразования.

Немалое влияние на регистровое звучание голоса оказывают и такие факторы, как *фонетическая структура* вокальных упражнений, *атака звука* и пр.

Один из замечательных педагогов и теоретиков в области вокального искусства Д. Аспелунд уделял большое внимание данному вопросу. Он рекомендовал музыкальную структуру упражнений связывать с физиолого-акустическими свойствами гласных.

Так *высокие* гласные («е», «и») стимулируют работу гортани. Гласная «а» — *нейтральная*. *Низкие* гласные («о», «у») при твердой атаке тяготеют к грудному регистру, а при мягкой — ведут к использованию опертого смешанного звучания. Гласная «ы», благодаря своему заднеязычному укладу, способствует раскрытию глотки по горизонтали.

Использование *йотированных гласных* смягчает атаку звука и тем самым влияет на регистровый биомеханизм. Например, обыкновенное арпеджио в октаву, начатое снизу на «а» и «я», будут звучать различно. На «а» легче получить грудную окраску звука, «я» стимулирует смешанное звучание голоса и препятствует форсировке звука.

*Комбинации гласных с предшествующими согласными* по-разному варьируют соотношения регистров в смешанном звучании голоса и смягчают атаку.

В области фонетики пения закон «физиологической инерции» проявляется особенно ярко, когда на строй последней гласной, слова или даже целой фразы влияет исходная установка. Например, если упражнение построено на неоднократном чередовании гласных «я», «ё» или на слоговых сочетаниях «ма-мо-ма», то это будет способствовать

возникновению естественного *прикрытия звука* на последней гласной по сравнению с первой.

Очень большое влияние на организацию правильного звукообразования в момент атаки звука оказывает *предварительное внутрислуховое представление* высоты звука и определенной фонемы. Это представление должно быть связано с ощущением готовности дыхательного аппарата к воспроизведению данной высоты и гласной до начала звука.

Предварительное представление высоты (внутреннее пение) наводит на ощущение опоры, на что следует обратить внимание ученика. Это необходимо для того, чтобы он мог контролировать это ощущение и сохранять его в процессе реального пения.

Развитие у детей музыкального представления высоты, движения мелодической линии, систематическое укрепление ощущения связи между представлением и фактическим исполнением закладывает фундамент музыкально-слухового представления, а, следовательно, и музыкального воспитания в целом, которое необходимо начинать с первых шагов обучения.

Таким образом, можно отметить психофизиологическую природу пения и использовать подмеченные закономерности при исполнении как музыкальных, так и фонетических заданий.

Каждое упражнение каким-то образом воздействует на характер звучания голоса как своей музыкальной, так и фонетической структурами совместно.

На этом и основан широко распространенный в вокальной педагогике *фонетический метод* обучения пению.

Учитывая влияние различных факторов музыкальной и фонетической структуры вокальных упражнений на голосообразование, педагог может целенаправленно исправлять недостатки в звучании голоса ученика, воздействуя самым музыкальным материалом.

## ГИГИЕНА ПЕВЧЕСКОГО ГОЛОСА

Для успешных занятий пением необходимо создать наиболее благоприятные условия. Прежде всего, надо наладить нормальную певческую функцию, т. е. установить

естественную взаимосвязь между отдельными органами, которая позволит всему голосовому аппарату работать с наименьшим напряжением. Это достигается при воспитании профессиональных вокальных навыков.

Развитие голоса зависит от того, насколько правильно певец пользуется им. В связи с этим необходимо остановиться на основных причинах, нарушающих нормальную работу голосовых органов. Нередко начинающие певцы поют в несвойственной их голосу тесситуре: высокой или низкой. Обладатели высоких голосов подлаживаются под низкие, поют произведения для этих голосов. Бывает и наоборот. Очень часто начинающие певцы, пытаясь увеличить свой диапазон, самостоятельно упражняются на верхних нотах, не умея ими пользоваться. Особенно грешат этим дети. Они не только пытаются «перещеголять» друг друга высокими нотами, но и соревнуются в громком пении, стремясь сделать свой голос по силе больше, чем он есть на самом деле. Злоупотребление верхними нотами, пение в несвойственной тесситуре, форсировка голоса не только нарушают нормальную функцию голосовых органов, но и вызывают их перенапряжение и переутомление, которые могут привести к опасным последствиям.

Успешность занятий зависит от правильной их организации. Чтобы создать нужный режим занятий, необходимо учитывать физиологические особенности (возрастные, индивидуальные).

Во время пения в активную работу вовлекаются все органы, участвующие в голосообразовании. На них ложится значительная нервно-мышечная нагрузка. Для начинающих певцов такая нагрузка непривычна. Положение усугубляется тем, что на первых порах еще нет четкой согласованности в работе отдельных органов. Недостаточная или чрезмерная активность одних органов может повлечь перенапряжение или нарушение в работе других органов. Так, к примеру, при отсутствии опоры звука на дыхание наступает перенапряжение мышц гортани, что приводит их к быстрому утомлению.

Быстрая утомляемость особенно свойственна начинающим певцам. Поэтому режим занятий с ними должен строиться с учетом этой особенности. Первые индивидуальные занятия не должны превышать 20 минут с небольшим

перерывом после 5—10 минут пения. Природная выносливость у разных людей различна, и в каждом отдельном случае надо подходить индивидуально. Недопустимо, чтобы ученик уходил с урока с усталым голосом. При первых признаках усталости (по ощущению певца или по звучанию голоса) занятие необходимо прекратить. По мере развития выносливости индивидуальные занятия постепенно удлиняются до 30—45 минут с 2—3 перерывами по 5—10 минут в течение этого времени.

Индивидуальные занятия с детьми на первом году обучения не должны превышать 30 минут с перерывами. К детям следует подходить с особой осторожностью, учитывая хрупкость их голосовых органов, слабость мышц и быструю утомляемость нервной системы. Нагрузка на голос, нормальная по времени для взрослого, непосильна для ребенка. Помимо хрупкости голосового аппарата, ребенок не в силах так долго, как взрослый, быть внимательным, сосредоточенным и постоянно активным.

Все изменения, происходящие в организме певца, так или иначе, влияют на его голос. Общее состояние здоровья иногда определяет невозможность занятий пением. При некоторых пороках сердца и заболеваниях легких петь нельзя. При всех хронических заболеваниях, вызывающих общую слабость, недомогание и вялость, занятия пением не будут результативными. Голос хорошо звучит только тогда, когда певец здоров, бодр и в хорошем настроении. От настроения ученика очень часто зависит качество урока. Когда человек в хорошем настроении, ему хочется петь. Если же ученик пришел на урок расстроенным, подавленным, угнетенным, то занятие продуктивным не будет. Эмоционально-положительный настрой активизирует нервную систему и влияет на мышечный тонус всего организма.

Общий тонус человека зависит и от режима сна. Известно, если певец спал меньше обычного времени, то голос у него не звучит. Сон должен быть достаточно глубоким (спокойным) и длительным (не менее 7 часов в сутки, а для детей — больше). Следует учесть, что сразу после сна голос может не звучать, особенно после дневного сна. Приступать к занятиям лучше не ранее, чем через 1—1,5 часа после сна.

На звучание голоса оказывает влияние и режим питания: как время приема пищи, так и ее качество и количество.

Переполненный пищей желудок ограничивает подвижность, свободу движений диафрагмы и тем самым затрудняет певческое дыхание. Петь на сытый желудок трудно. Кроме того, после обильной еды наступает вялость, а иногда и сонливость. Поэтому пищу следует принимать за 2 часа до пения в умеренном количестве. Певцам не следует употреблять в пищу пряности (корицу, гвоздику и др.) и острые приправы (перец, уксус, горчицу, хрен и т. п.). Вредны также шоколад, орехи и семена подсолнуха. Их размельченные частицы застревают в складках слизистой оболочки глотки. Употребление холодных напитков и мороженого вредно сразу после пения, когда гортань разгоряченная, а ее ткани переполнены кровью. Следует избегать употребления холодной пищи, напитков в те дни, когда певец поет. Постоянное употребление очень горячей пищи вызывает сухость слизистой оболочки, что затрудняет пение.

Особый вред голосу приносит употребление алкоголя, который обладает обжигающим влиянием на слизистую оболочку горла, вызывает ее длительное покраснение и обильное выделение слизи. Голосовые складки краснеют, отекают и покрываются слизью. После приема алкоголя наступает длительная охриплость, которая при частом его употреблении переходит в постоянную хрипоту. Такое состояние приводит к серьезным заболеваниям голосового аппарата. Кроме того, алкоголь истощает и разрушает нервную систему, что отрицательно сказывается на звучании певческого голоса, так как работа голосового аппарата является сложным психическим процессом. Так же, как и алкоголь, вреден для голоса табак и табачный дым. Они раздражают слизистую оболочку. У курильщиков наблюдается постоянное раздражение дыхательных путей, что приводит к возникновению хронических воспалительных процессов.

Не остаются без следа количественные и качественные злоупотребления голосом. Вследствие этого могут наступить различные расстройства голосовой функции. Заболевания, возникшие от неправильного пользования голосовым аппаратом, принято называть профессиональными. Но это не значит, что такие заболевания встречаются только у профессионалов. Чаще ими поражаются певцы, не обладающие профессиональными навыками голосообразования и люди, не соблюдающие правил гигиены голоса.

Профессиональные заболевания — нередкое явление среди певцов. Поэтому необходимо знать причины и виды этих заболеваний, уметь предупредить их, т. е. ознакомиться с методами их профилактики.

Профилактика профессиональных заболеваний должна сводиться к устранению причин, вызывающих их. Основными причинами являются: перегрузка голосового аппарата чрезмерной работой, неумелое пользование им, неправильные (вредные) навыки голосообразования, пение в больном состоянии.

Довольно распространенной среди певцов является так называемая *фонастения*. Это такое функциональное заболевание, которое связано с нервным переутомлением голосовых органов. При этом нарушается процесс голосообразования, в начальной стадии — без видимых изменений в гортани. Часто певец обращается к врачу с многочисленными жалобами. Но отоларинголог при осмотре ничего похожего на заболевание ни в гортани, ни в глотке не находит. Поэтому приходится основываться только на звучании голоса и на жалобах больного. Жалобы певцов бывают очень разнообразны: быстрая утомляемость, голос звучит не на всем диапазоне, появляются «пустые», «завуалированные» звуки, ухудшается тембр голоса, занижается интонация, звук начинает тремоллировать, высокие ноты воспроизводятся с трудом, исчезает пиано, а затем и форте. Процесс пения становится неприятным. Охриплости в полном смысле слова нет, но приходится долго распеваться. В разговорной речи появляется охриплость, которая держится до середины дня. Много субъективных ощущений: неловкость, жжение, першение и сухость в горле, желание откашляться. Небольшой отдых обычно приносит улучшение. Но затем снова, если не устранена причина, после непродолжительного пения наступает ухудшение. Только в далеко зашедших случаях врач отмечает изменения в гортани: слизь, ослабление натяжения голосовых складок и изменение их цвета — синюшность. Недостаточность натяжения голосовых складок может привести к их несмыканию.

*Несмыкание* голосовых складок у певцов возникает достаточно часто. Оно может быть самостоятельным заболеванием при перенапряжении голоса и как один из симптомов при заболеваниях гортани — ларингитах. Несмыкание

голосовых складок может быть острым и хроническим. Острое несмыкание голосовых связок обычно проходит в течение нескольких дней, максимум — двух недель. Хроническое несмыкание тянется свыше трех недель, часто повторяется и трудно поддается лечению. Основным признаком несмыкания связок является сильный сиплый призыв, из-за которого трудно, а иногда и невозможно становится петь. Певец очень быстро утомляется, понижает звук, слышит это, но не может исправить интонацию.

К профессиональным заболеваниям относится *узелковое* заболевание голосовых связок. Певческие узелки — это крошечные опухоли на свободном крае голосовых складок одинакового с ними цвета, величиной от булавочной головки до просяного зерна. Узелок сначала появляется на одной, затем от трения во время пения и на другой складке. Причинами узелковых заболеваний является пение в больном состоянии или неправильные навыки голосообразования. Больные жалуются на постоянно прогрессирующую охриплость, першение, ощущение инородного тела с желанием его удалить. Узелок препятствует полному смыканию голосовой щели, от чего теряется гибкость голоса, утрачивается чистота интонации. Иногда со временем наблюдается приспособление певцов к своим узелкам. Если при длительном лечении узелки не рассасываются, то их удаляют оперативным путем.

В момент сильного напряжения голоса (при крике, при неумелом взятии верхней ноты) может произойти *кровоизлияние* в голосовую складку, т. е. разрыв кровеносного сосуда в ней. При этом во время пения певец ощущает, что голос перестал ему повиноваться, появляется внезапная сильная охриплость. При осмотре складка представляется как бы залитой кровью. При полном молчании кровоизлияние рассасывается. Но при повторении кровоизлияния может привести к узелковому заболеванию.

Кровоизлияние в голосовую складку может произойти у певицы при пении в менструальные дни. В этот период слизистая оболочка верхних дыхательных путей краснеет, особенно заметно покраснение и отек в гортани. Голосовые складки тоже становятся розоватыми и часто покрываются комочками слизи, снижается их активность при смыкании. Степень воспалительных изменений у певиц в такие

дни неодинакова, что по-разному отражается и на звучании их голосов. Одни певицы совсем не могут петь в этот период; у других голос звучит хуже, чем обычно; у третьих звучание голоса не ухудшается и даже бывают случаи, когда голос в эти дни звучит лучше. Но две последние группы составляют меньшинство. Кровеносные сосуды в этот период становятся ломкими. При пении, во время сокращения голосовых мышц, может произойти разрыв сосуда в складке. Поэтому, независимо от звучания женского голоса, петь во время менструации категорически запрещается. Пение в этот период особенно опасно для школьниц. Их в такие дни необходимо освободить от пения на уроках музыки.

Наилучшим лекарством при всех острых заболеваниях голосового аппарата является полный покой, строгий режим молчания.

Для певцов характерна повышенная восприимчивость ко всякого рода заболеваниям голосового аппарата и особенно к простудным. Это объясняется тем, что голосовые органы после усиленной работы при пении остаются разгоряченными довольно длительное время и потому становятся более чувствительными и восприимчивыми ко всем факторам, которые могут вызвать охлаждение (дыхание ртом на улице, холодное питье), раздражение (дым, табак, алкоголь и пр.) или заражение (инфекция, сквозняки).

Простудные и многие другие заболевания дыхательных путей не являются прямыми причинами профессиональных заболеваний. Но если певец поет в больном состоянии, то все эти заболевания могут стать предрасполагающими факторами возникновения профессиональных заболеваний.

Кратко рассмотрим наиболее распространенные из простудных заболеваний.

Самое частое простудное заболевание — это *насморк* (воспаление слизистой оболочки носа). Заболевание несерьезное, но оно чревато способностью спускаться вниз — на гортань, что часто происходит тогда, когда певец при насморке поет. В первый день при насморке голос обычно звучит. Но после пения в таком состоянии наступает длительное расслабление голосовых мышц, и голос надолго теряет свою настоящую звучность. Помимо острых воспалений слизистой носа бывают и длительные — хронические

насморки. И те, и другие необходимо серьезно лечить, так как при них выключается полностью или частично нос, как резонатор, а это делает пение невозможным или ухудшает его качество. Насморк часто бывает вместе с острым воспалением верхних дыхательных путей, которое может протекать на фоне общего хорошего состояния больного, обычно такое заболевание быстро и без следа проходит. Его не следует путать с гриппом, вирусным заболеванием, которое очень часто дает осложнение на гортань. После гриппа может долго наблюдаться ослабленное смыкание или даже несмыкание голосовых складок.

При простудных заболеваниях гортани — острых *ларингитах* поражается не только слизистая оболочка, но и голосовых складки, в результате чего также наблюдается их несмыкание. Простудные ларингиты быстро проходят, но несмыкание складок после них может затянуться. Всякое заболевание носа или глотки не проходит бесследно для гортани. Она в той или иной степени вовлекается в болезненный процесс.

Неприятны для певцов любые хронические воспалительные заболевания верхних дыхательных путей, особенно серьезны среди них сухие катары слизистой оболочки. Они плохо поддаются лечению, вызывают сухость, на слизистой оболочке образуются плохо отделяющиеся сухие корки, сопровождаются ощущением жжения, ухудшают тембр голоса.

Острые заболевания миндалин в обыденной жизни называют *ангиной*. Острые и нечастые ангины быстро излечиваются и не оставляют следа. Но ангины хронические, часто повторяющиеся, или, так называемые, хронические тонзиллиты не проходят бесследно для всего организма и для гортани в частности. При них слизистая оболочка глотки находится почти постоянно в воспаленном состоянии, в это воспаление вовлекается и гортань. В случае безрезультатного длительного лечения больные миндалины удаляют оперативным путем. Важно, чтобы во время операции не были повреждены мышцы, поднимающие мягкое небо, от чего может наступить гнусавость при пении.

Воспаление трахеи — *трахеиты* бывают чаще простудного характера. Но признаки трахеита: тяжесть, неловкость и даже боль в области трахеи могут быть при форсированном

дыхании во время пения, при перенапряжении голоса. При трахеитах ослабевает сократительная способность мышц трахеи и от этого страдает качество голоса, снижается сила и ухудшается тембр. Трахеит для певцов серьезное заболевание.

Очень неблагоприятны для голосовых складок все простудные заболевания дыхательных путей, сопровождающиеся кашлем. Сам по себе этот симптом несерьезен. Но кашель связан с сильными выдыхательными толчками на уровне голосовых складок, что приводит к их травмированию. Поэтому даже небольшой кашель может ухудшить звучание голоса. А после сильного приступа кашля, особенно без мокроты, голос может надолго потерять свою звучность. При кашле певцу необходимо принимать не только отхаркивающие, но и обязательно успокаивающие кашель средства и стараться как можно быстрее избавиться от этого неприятного явления.

Одной из мер, предупреждающих простудные заболевания, является укрепление организма, его закаливание. Суть закаливания сводится к уменьшению влияния на организм смены температурных воздействий. Причиной простудных заболеваний является непривычное охлаждение. Если длительно воздействовать одинаковой температурой, то организм привыкает к такому постоянному раздражителю и приспосабливается к нему. Поэтому человека можно приучить к воздействию низкой температуры и тем самым сделать его невосприимчивым к простудным заболеваниям. Основные средства закаливания — вода, воздух и солнце.

Общему укреплению организма способствуют занятия спортом. Но не все виды спорта рекомендуются певцам. Бег, бокс, футбол, тяжелая атлетика певцам противопоказаны, так как эти виды спорта сопровождаются большой затратой энергии. Певцам рекомендуется плавание, гребной спорт, теннис. Очень полезно заниматься художественной гимнастикой и фехтованием.

Все правила гигиены должны очень тщательно выполняться в отношении детских голосов. Хрупкий голосовой аппарат ребенка, находящийся в состоянии постоянного развития, требует особого внимания и бережного отношения.

Следует учесть, что только один правильный певческий режим не может обеспечить условия для нормального

развития детского голоса. Детям свойственна повышенная эмоциональная возбудимость. Она проявляется в громкой речи и в крике в повседневной жизни (во время игр дома, в школе во время перемен). Постоянная громкая речь и крик наносит непоправимый вред детским голосам. Учитель должен повседневно разъяснять детям опасность перенапряжения голоса как в речи, так и в пении.

От того, как будет развиваться голос ребенка и особенно от режима во время мутации, зависит качество взрослого голоса. Очень бережно надо относиться к тембровым краскам детского голоса, так как красивый тембр может сохраняться и после мутации. После перелома голос подростка обретает новые свойства. Поэтому нередко юноши и девушки, не отличавшиеся хорошими голосами в детстве, оказываются обладателями вполне профессиональных певческих голосов.

Одним из самых действенных способов охраны детских голосов является вокальное обучение, т. е. овладение певческими навыками, которые обеспечивают не только развитие голосового аппарата, но и его нормальную функцию.

Охрана детского голоса со стороны педагога, главным образом, обеспечивается:

- разъяснительной работой по соблюдению гигиенических правил, относящихся к использованию голоса в повседневной жизни;
- воспитанием правильных певческих навыков;
- необходимостью соблюдения режима во время занятий пением;
- выявлением детей с выдающимися вокальными данными и особым наблюдением за их музыкальным развитием.

---

---

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итак, вокальная работа — это постановка и развитие голоса, а также развитие музыкальности и артистичности учеников.

Сущность постановки голоса — стабилизация положения гортани при пении различных гласных и независимо от высоты тонов и динамики звука.

Принципы постановки голоса как у детей, так и у взрослых в основном одни и те же.

В процессе постановки голосов учащихся в условиях хора решаются, прежде всего, две вокально-технические задачи: выравнивание гласных и выравнивание голосовых регистров.

Как первая, так и вторая задачи решаются только при одном условии: *при стабильном положении гортани.*

Существует много вокальных школ. Их методические концепции нередко имеют различные направления по отдельным вопросам. Но все они сходятся во мнении о том, что поставленный голос (речевой или певческий) отличается от непоставленного голоса именно стабильным положением гортани в процессе фонации.

Однако их мнения расходятся по вопросу об уровне ее фиксации. Одни считают, что гортань в пении у всех академических певцов, независимо от типа голоса, должна быть всегда в пониженном положении, относительно нейтрального, как при фонетически определенном произношении гласного «у». Другие рекомендуют ставить гортань выше нейтрального уровня, как при произношении гласного «и». Третьи стоят за расположение ее в речевой позиции, т. е. в нейтральном положении, как при спокойном произношении гласного «а».

Л. Б. Дмитриев в результате специально проведенного исследования методом ретгеномографии пришел к выводу о том, что положением гортани специально управлять

не надо, так как она якобы занимает тот или иной уровень рефлекторно, в зависимости от типа голоса. Автор считает, что у академических певцов с высокими голосами гортань в пении всегда занимает высокое положение, с низкими голосами гортань занимает пониженное положение, а у певцов со средними голосами остается в нейтральной позиции. Поэтому педагогу специально в это вмешиваться не нужно.

Однако можно предположить, что выводы сделаны исследователем на недостаточном количестве испытуемых. Возможно, что положение гортани в пении у различных певцов отчасти и связано с типом голоса, но по нашим наблюдениям это больше зависит от исполнительской задачи достижения того или иного тембрового звучания и в связи с жанровым направлением в вокальном искусстве. Совершенно очевидно, что положение гортани отражается на тембре голоса:

- *высокая гортань* порождает открытое звучание голоса, как в народном пении;
- *низко стоящая гортань* производит округлое и в различной степени прикрытое звучание, которое типично для академического пения;
- *среднее ее расположение*, т. е. нейтральное, лежит в основе методики пения в речевой позиции, какое может быть присуще любому жанровому направлению в вокальном искусстве.

Этим обстоятельством объясняется и различный подход к обучению, и существование такого многообразия вокальных школ, отражающие не только объективные причины, но и порой субъективные эстетические вкусы их основателей.

При выравнивании гласных выбор установки гортани для данного певца определяется естественно сложившейся ее *позицией при произношении первой гласной*, по которой выстраиваются все остальные.

Так при пении гласных «у-о-а-э-и» гортань может оставаться в пониженном положении, если гласные будут формироваться в позиции первой из них, т. е. «у». При пении гласных «и-э-а-о-у», гортань будет занимать, напротив, повышенное положение, а при пении «а-э-и-о-у» -нейтральное, как при спокойной речи, т. е. оставаться при пении в речевой позиции.

Вокальная позиция гортани при пении соответственно отражается на характере тембрового звучания голоса.

Настройка голоса на тот или иной тип регистрового звучания обеспечивается, главным образом, выбором исходного звуковысотного диапазона:

- в нижнем участке диапазона, т. е. в речевом диапазоне ( $b_m - f_1$ ) голос легко настраивается на грудное звучание;
- в высоком ( $a_1 - e_2$ ) — на фальцетное;
- в среднем ( $es_1 - b_1$ ) — на микстовое.

В истории вокальной методики можно заметить различные подходы к выравниванию голосовых регистров.

Одни школы рекомендуют выравнивать тембровое звучание голоса по всему диапазону на основе какого-то одного регистра: смешанного, фальцетного или грудного. В результате певец может использовать достаточно ограниченный диапазон.

Другие школы, заботясь о выравнивании голосовых регистров, на самом деле добиваются лишь плавности регистровых переходов и используют все регистры своего голоса. Это позволяет певцу расширить звуковысотный диапазон до 2,5–3 октав и использовать различные тембровые краски своего голоса, в зависимости от исполнительских задач.

Таким образом, понимание биомеханизмов звукообразования в сопоставлении с акустическими результатами звучания голоса позволяет учителю более целенаправленно выбирать тактику и стратегию в вокально-хоровой работе с учениками.

---

---

## БИБЛИОГРАФИЯ

1. Алмазов Е. И. Анатомо-физиологические предпосылки для правильного развития детского голоса. Тезисы IV науч. конф. НИИ ХВ АПН РСФСР. — М., 1972.
2. Апраксина О. А. Выявление неверно поющих детей и методы работы с ними // Музыкальное воспитание в школе. — Вып. 10. — М., 1992.
3. Аспелунд Д. Л. Развитие певца и его голоса. — М., 1952.
4. Багадуров В. А. Воспитание и охрана детского голоса. — М., 1953.
5. Багадуров В. А. Вокальное воспитание детей. — М., 1953.
6. Багадуров В. А. Начальные приемы развития детского голоса. — М., 1954.
7. Багрунов В. П. Аз Буки Веди Глаголь Добро. Азбука владения голосом. Самоучитель. Методика, основанная на раскрытии трех секретов феномена Шаляпина. — СПб., 2006.
8. Барсов Ю. А. Вокально-исполнительские и педагогические принципы М. И. Глинки. — Л., 1968.
9. Белобородова В. К., Ригина Г. С., Алиев Ю. Б. Музыкальное воспитание в школе. — М., 1975.
10. Брянский Н. П. Метод обучения хоровому пению. В 3 ч. — СПб., 1883.
11. Варламов А. Е. Полная школа пения. В 3 ч. — М., 1953.
12. Венгрус Л. А. Пение и «фундамент музыкальности». — Великий Новгород, 2000.
13. Венгрус Л. А. Начальное интенсивное хоровое пение. — СПб., 2000.
14. Вербов А. М. Техника постановки голоса. — Л., 1931.
15. Виноградов К. П. Работа над дикцией в хоре. — М., 1967.
16. Вопросы певческого воспитания школьников: сб. статей. — СПб., 1958.
17. Детский голос. / под ред. В. Н. Шацкой. — М., 1970.

18. *Дмитриев Л. Б.* Основы вокальной методики. — М., 2002.
19. *Добровольская Н. Н.* Вокальные упражнения в школьном хоре: Вып. 1: 1–4 классы. — М., 1964; — Вып. 2: 5–8 классы. — М., 1965.
20. *Ермолаев В. Г., Лебедева Н. Ф., Морозов В. П.* Руководство по фониатрии. — Л., 1970.
21. *Зарин Д. И.* Методика школьного хорового пения. — М., 1909.
22. *Зими́на А. Н.* Основы музыкального воспитания и развития детей младшего возраста. — М., 2000.
23. *Ильина Е. Р.* Музыкально-педагогический практикум. — М., 2008.
24. *Карасев А. Н.* Начальные уроки пения. Ч. 1. — М., 1902.
25. *Ламперти Ф.* Искусство пения. Технические правила и советы ученикам и артистам. — СПб., 2009.
26. *Лебедева И. А. О. Н.* Благовидова — педагог. — М., 1984.
27. *Левидов И. И.* Вокальное воспитание детей. — М., 1936.
28. *Люш Д. В.* Развитие и сохранение певческого голоса. — Киев, 1988.
29. *Малинина Е. М.* Вокальное воспитание детей. — Л., 1967.
30. *Маслов А. Л.* Методика пения в начальной школе, основанная на новейших данных экспериментальной педагогики. — М., 1913.
31. *Морозов В. П.* Вокальный слух и голос. — М., 1965.
32. *Морозов В. П.* Искусство резонансного пения. — М., 2008.
33. *Назаренко И. К.* Искусство пения. — М., 1963.
34. *Николаева Е. В.* Особенности музыкального образования в древней Руси с XI до середины XVII столетия. — М., 1998.
35. *Никольская-Береговская К. Ф.* Начальный этап обучения в хоре старшекласников // Музыкальное воспитание в школе. Вып. 9. — М., 1974.
36. *Никольская-Береговская К. Ф.* Русская вокально-хоровая школа. — М., 2003.
37. *Овчинникова Т. Н.* Репертуар как основополагающий фактор музыкального воспитания // Работа с детским хором: сб. статей. — М., 1981.
38. *Огороднов Д. Е.* Музыкально-певческое воспитание детей в общеобразовательной школе. — Л., 1972.
39. *Орлова Н. Д.* О детском голосе. — М., 1966.

40. Орлова Н. Д. Развитие голоса девочек. — М., 1960.
41. Осеннева М. С., Самарин В. А., Уколова Л. И. Методика работы с детским вокально-хоровым коллективом. — М., Academia, 1999.
42. Осеннева М. С., Самарин В. А. Хоровой класс и практическая работа с хором. — М., 2003.
43. Попов В. С. О развитии певческого голоса младших школьников //Музыкальное воспитание в школе. Вып. 16. — М., 1985.
44. Развитие детского голоса / под ред. В. Н. Шацкой. — М., 1963.
45. Рачина Б. С. Технологии и методика обучения музыке в общеобразовательной школе. — СПб., 2007.
46. Рудаков Е. А. О регистрах певческого голоса и переходах к прикрытым звукам //Музыкальное искусство и наука. Вып. 1. — М., 1970.
47. Сафонова В. И. Формирование певческого самоконтроля у подростков и молодежи в процессе хоровых занятий. — М., 1988.
48. Садовников В. И. Орфоэпия в пении. — М., 1958.
49. Свешников А. В. Хоровое пение — искусство истинно народное. — М., 1962.
50. Сергеев А. А. Воспитание детского голоса. — М., 1950.
51. Сеченов И. М. Избранные произведения. Т. 1. — М., 1952.
52. Симонов П. В. Созидающий мозг. — М., 1993.
53. Соколов В. Г. Работа с хором. — М., 1983.
54. Струве Г. А. Школьный хор: книга для учителя. — М., 1981.
55. Стулова Г. П. Дидактические основы обучения пению: Уч. пособие для студентов. — М., 1988.
56. Стулова Г. П. Развитие детского голоса в процессе обучения пению. — М., 1992.
57. Стулова Г. П. Теоретические основы вокальной работы с подростками. //В сб.: «Музыкальное образование в контексте культуры». — М., РАМ им. Гнесиных, 1996.
58. Стулова Г. П. К вопросу о положении гортани в пении. //В сб.: «Музыкальное образование в контексте культуры». — М., РАМ им. Гнесиных, 1998.
59. Стулова Г. П. Теория и практика работы с детским хором. — М., 2002.
60. Стулова Г. П. Акустико-физиологические основы вокальной работы с детским хором. — М.: Классикс — Стиль, 2005.

61. *Суязова Г. А.* Мир вокального искусства. — Волгоград, 2009.

62. *Тевлина В. К.* Вокально-хоровая работа //Музыкальное воспитание в школе. Вып. 15. — М., 1992.

63. *Шаляпин Ф. И.* Душа и маска: В 2 т. — М., 1952.

64. *Школяр Л. В.* Некоторые штрихи к музыкально-психологическому портрету современного ребенка //Теория и методика музыкального образования детей. — М., 1998.

65. *Щетинин М. Н.* Дыхательная гимнастика А. Н. Стрельниковой. — М., 2008.

66. *Юссон Рауль.* Певческий голос. — М., 1962.

67. *Юшманов В. И.* Вокальная техника и ее парадоксы. — СПб., 2002.

68. *Яковлев А.В.* Физиологические закономерности певческой атаки. — Л., 1971.

---

---

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ .....	3
----------------	---

### *Глава 1*

<b>ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ХОРОВОГО ПЕНИЯ В ШКОЛЕ.....</b>	<b>9</b>
--------------------------------------------------------------	----------

Певческие традиции русской музыкальной культуры.....	9
------------------------------------------------------	---

Направленность вокально-хоровой работы с учащимися .....	12
-------------------------------------------------------------	----

Вокальный слух у детей и пути его развития .....	13
--------------------------------------------------	----

Теория познания как методологическая основа развития слуха и голоса учащихся .....	16
---------------------------------------------------------------------------------------	----

Структура певческой деятельности .....	17
----------------------------------------	----

Основные этапы развития певческого голоса детей .....	19
-------------------------------------------------------	----

Возрастные особенности детского голоса с позиций физиологии.....	21
---------------------------------------------------------------------	----

Регистровая структура певческого голоса детей .....	23
-----------------------------------------------------	----

Акустические характеристики детского голоса.....	27
--------------------------------------------------	----

Певческий голос детей предмутационного возраста .....	30
-------------------------------------------------------	----

Мутационный период в развитии детского голоса.....	31
----------------------------------------------------	----

О целесообразности занятий пением в период мутации....	35
--------------------------------------------------------	----

Послемутационный период развития певческого голоса ...	37
--------------------------------------------------------	----

Вопросы к семинару по теме «Теоретические аспекты хорового пения в школе» .....	39
------------------------------------------------------------------------------------	----

Методическая литература.....	40
------------------------------	----

## Глава 2

<b>МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К РАБОТЕ С ДЕТСКИМ ХОРОМ</b> .....	41
Характеристика трех возрастных групп детского хора.....	41
О зоне примарного звучания голоса детей .....	42
Переходные звуки певческого голоса.....	43
О прослушивании детей, поступающих в хор.....	44
Функциональное назначение вокальных упражнений....	46
Работа над основными недостатками в пении у детей.....	46
Певческое дыхание.....	55
Дикция в хоре.....	57
Работа над гласными в пении .....	59
Работа над согласными.....	62
Особенности произношения слов в пении .....	65
Работа над ритмическим ансамблем .....	66
Некоторые приёмы развития слуха и голоса детей.....	67
Организация детского хора .....	70
Планирование репетиционного процесса .....	72
Влияние песенного репертуара на музыкально- эстетическое развитие детей .....	74
Принципы подбора репертуара для детского хора.....	80
Специфика тембрового звучания голоса при исполнении католической и православной духовной музыки .....	84
Воспитательное значение хорового пения .....	85
Вопросы к семинару по теме «Методические рекомендации к работе с детским хором» .....	88
Методическая литература.....	88

## Глава 3

<b>ВОПРОСЫ МЕТОДИКИ ПОСТАНОВКИ ДЕТСКОГО ГОЛОСА</b> .....	90
О постановке певческого голоса детей с позиций нейрофизиологии.....	90
Основные певческие навыки.....	92
О мышечном тоне голосового аппарата.....	93

Методика постановки голоса учащихся в классе сольного пения.....	94
Последовательность задач в вокальной работе.....	97
Упражнения для постановки певческого голоса.....	98
Этапы работы по постановке детского голоса в условиях коллективного пения.....	102
Система вокально-тренировочных упражнений для работы с хором Л. А. Венгрус.....	117
Система вокальной работы с певцами-солистами профессора О. Н. Благовидовой.....	120
Система упражнений в классе профессора О. Н. Благовидовой.....	125
Из опыта вокальной работы педагога Н. С. Харламшиевой.....	140
Вопросы к семинару по теме: «Вопросы методики постановки певческого голоса».....	147
Методическая литература.....	148
Типы методов вокально-технической работы с учащимися.....	148
Гигиена певческого голоса.....	155
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....</b>	<b>164</b>
<b>БИБЛИОГРАФИЯ.....</b>	<b>167</b>

*Галина Павловна СТУЛОВА*  
**ХОРОВОЕ ПЕНИЕ**  
*Методика работы с детским хором*  
УЧЕБНОЕ ПОСОБИЕ  
*Издание второе, стереотипное*

*Galina Pavlovna STULOVA*  
**CHORAL SINGING**  
*Methodology of directing a children's choir*  
ТЕХТВООК  
*Second edition, stereotyped*

Координатор проекта *А. В. Петерсон*  
Корректоры *В. А. Преснова, Е. В. Тарасова*  
Верстка *Д. А. Петров*

ЛР № 065466 от 21.10.97

Гигиенический сертификат 78.01.07.953.П.007216.04.10  
от 21.04.2010 г., выдан ЦГСЭН в СПб

**Издательство «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»**  
www.m-planet.ru; planmuz@lanbook.ru  
196105, Санкт-Петербург, пр. Ю. Гагарина, д. 1, лит. А.  
Тел./факс: (812) 336-25-09, 412-92-72.

**Издательство «ЛАНЬ»**  
lan@lanbook.ru; www.lanbook.com  
196105, Санкт-Петербург, пр. Ю. Гагарина, д. 1, лит. А.  
Тел./факс: (812) 336-25-09, 412-92-72.  
Бесплатный звонок по России: 8-800-700-40-71

Подписано в печать 11.03.16.  
Бумага офсетная. Гарнитура Школьная. Формат 84×108<sup>1/32</sup>.  
Печать офсетная. Усл. п. л. 9,24. Тираж 150 экз.

Отпечатано в полном соответствии  
с качеством предоставленного оригинал-макета  
в ПАО «Т8 Издательские Технологии».  
109316, г. Москва, Волгоградский пр., д. 42, к. 5.

**«Издательство  
ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»**



**КНИГИ «ИЗДАТЕЛЬСТВА  
ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»  
МОЖНО ПРИОБРЕСТИ  
В ОПТОВЫХ КНИГОТОРГОВЫХ  
ОРГАНИЗАЦИЯХ**

### **САНКТ-ПЕТЕРБУРГ**

ООО «Лань-Трейд»  
192029, Санкт-Петербург, ул. Крупской, 13,  
тел./факс: (812)412-54-93,  
тел.: (812)412-85-78, (812)412-14-45,  
412-85-82, 412-85-91;  
trade@lanbook.ru  
[www.lanpbl.spb.ru/price.htm](http://www.lanpbl.spb.ru/price.htm)

### **МОСКВА**

ООО «Лань-Пресс»  
109263, Москва, 7-я ул. Текстильщиков, 6/19,  
тел.: (499)178-65-85;  
lanpress@lanbook.ru

### **КРАСНОДАР**

ООО «Лань-Юг»  
350901, Краснодар, ул. Жлобы, 1/1,  
тел.: (861)274-10-35;  
lankrd98@mail.ru

**«Издательство  
ПЛАНЕТА МУЗЫКИ»**



**ПРЕДЛАГАЕТ  
УЧЕБНУЮ ЛИТЕРАТУРУ  
ДЛЯ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ  
ПО НАПРАВЛЕНИЮ**

**МУЗЫКА**

**Приглашаем к сотрудничеству  
авторов и издательства**

*Рукописи не рецензируются  
и не возвращаются*

**НАШИ АДРЕСА И ТЕЛЕФОНЫ**  
Издательский отдел  
РФ, 196105, Санкт-Петербург,  
пр. Юрия Гагарина, д. 1, лит. А.  
**(812) 336-25-09, 412-92-72**

**ЭЛЕКТРОННЫЕ АДРЕСА**  
[www.lanpbl.spb.ru/price.htm](http://www.lanpbl.spb.ru/price.htm);  
E-mail: [lan@lanbook.ru](mailto:lan@lanbook.ru);  
[www.m-planet.ru](http://www.m-planet.ru);  
E-mail: [planmuz@lanbook.ru](mailto:planmuz@lanbook.ru)