

Государственное автономное учреждение дополнительного образования
«Брянский региональный Центр эстетического воспитания «Родники»

**Методическая разработка
на тему:
«Вокально-артикуляционная гимнастика
для развития вокальных навыков»**

Подготовила: педагог
дополнительного
образования Бугаева Я.С.

*Принята на пер.
совете 28.08.2020г.*

г. Брянск

Методическая разработка «Вокально-артикуляционная гимнастика для развития вокальных навыков».

Выполнила Бугаева Яна Сергеевна
ГАУДО «Брянский региональный ЦЭВ «Родники»

Аннотация.

В моей работе собран методический материал по вокалу, отражающий методы работы над артикуляцией в вокале, рассмотрен вопрос о формировании гласных и согласных. Данная информация может быть полезна учителям музыки, эстрадного и академического вокала, а также тем, кто учится петь самостоятельно.

Введение.

На начальном этапе обучения пению мы постоянно находимся в плену речевого голоса, пытаемся соединить речь с пением, пренебрегая по незнанию тем обстоятельством, что физиологические механизмы речи и пения кардинально разнятся. Знать эту разницу очень важно. Современной науке известно, что смех и плач, стон и речь иннервируются разными центрами мозга. Известно и то, что речь обеспечивается одними мышцами и иннервируется речевыми центрами мозга, пение же требует участия большого количества других мышц, а певческая иннервация обеспечивается другими центрами мозга. Речевая артикуляция имеет свои центры в мозгу, а вокальные — свои. Достаточно упомянуть здесь известный эффект: заики никогда не заикаются в пении. Именно потому, что по незнанию и игнорированию этой разницы между речью и пением, в педагогической практике возникают большие проблемы. Это отличие следует знать и учитывать при обучении пению.

Поскольку пение отличается от бытовой разговорной речи, то, естественно, во время пения мы пользуемся несколько иными мышечными установками. Мускулатура в процессе пения работает более динамично, более активно, чем в процессе разговорной бытовой речи.

Не всем это удаётся освоить сразу — не у всех мышцы глотки развиты одинаково хорошо, некоторым нужно потренироваться, чтобы достичь удовлетворительного результата.

Что же такое артикуляция?

Артикуляция - это то, как четко вы произносите буквы: как гласные, так и согласные.

К артикуляционному аппарату относятся: ротовая полость (щеки, губы, зубы, язык, челюсти, небо), глотка, гортань. Ротовая полость - это очень важный резонатор (подвижный резонатор), от строения которого зависит качество собственно самого звука.

За произношение гласных и согласных отвечает в первую очередь язык и степень его натренированности. Это довольно большой орган. Передняя его часть располагается во рту, корень — в глоточной полости. К языку прикреплена гортань. Язык необыкновенно мобильный орган. Во время пения он двигается вперёд-назад, вверх-вниз. При артикуляции вокальных гласных в глотке корень языка немного опускается и освобождает место в глотке для

формирования вокальных гласных. Когда вы артикулируете гласные, язык не должен напрягаться.

Все упражнения на упругость языка выполняются перед зеркалом - для того, чтобы научиться контролировать степень растяжки и управлять им. От растяжки язык как будто просыпается, кровь приливает к нему, и он становится намного послушнее.

Для этого существует **артикуляционная гимнастика**:

1. "Улыбка" растягиваем губы в улыбку так, чтобы зубы были видны.
2. "Хоботок" вытягиваем губы в трубочку.
3. "Лопата" язык вытягиваем вниз, пытаюсь достать подбородок.
4. "Носик" дотягиваемся кончиком языка до носа.
5. "Часики" Вытягиваем язык и пытаемся попеременно коснуться уголков рта.
6. "Качели" язык вверх и вниз (упр.3,4)
7. "Варенье" - облизываем губы языком, делая круговые движения языком в одну, затем в другую сторону.
8. "Массаж" прикусываем язык ,начиная от кончика к корню.
9. "Маляр" движения кончиком языка по небу вперед и назад.
10. "Кошка" цепляем язык за нижние зубы и выгибаем его, как кошка спинку.

Укладывание языка.

От того, насколько правильно лежит ваш язык - зависит качество звука.

Очень важно научиться расслаблять мышцы нижней челюсти. Наши жевательные мышцы очень сильные, и зажатая челюсть станет большой помехой при артикуляции гласных — зажатая челюсть зажимает мышцы шеи и глотки и блокирует артикуляцию гласных. Именно поэтому в момент пения она должна быть всё время свободной.

1. "Собачка" Высовываем язык, опускаем его вниз и дышим как собачка.
2. **Работа над гласным А.** Вытягиваем язык как в упражнении "собачка", открываем зубы и говорим "А"
3. Тоже самое, только цепляем язык за нижние зубы, при этом стараемся, чтобы язык не поднимался.
4. Тоже самое проделываем с звуком "Э"
5. Тоже самое ,соединяя звуки "А" и "Э"
6. "О" произносим как "А" цепляя язык за нижние зубы, стараясь не поднимать его, а наоборот углублять.
7. Соединим "О" и "А", оставляя язык за зубами.
8. "И". Следим, чтобы язык не поднимался, зубы открыты. Язык за зубами.
9. "У" аналогично "И"
10. Соединим "И" и "У"

Работа над согласными.

Для того, чтобы согласные не потерялись в пении ,нужно уметь их утрировать . Достаточно удваивать звонкие согласные, а остальные стараться говорить сильнее отталкиваясь кончиком языка от верхних зубов и неба.

Утрирование согласных помогает вывести звук вперед, делая гласные более яркими и выразительными.

Очень хорошо помогают в работе над согласными старые добрые скороговорки.

1. Произносим скороговорку на улыбке так, чтобы зубы были видны, тогда звук будет легче и ярче.

2. Произносим скороговорку хлопая себе в ритме. С каждым повтором постепенно увеличиваем скорость проговаривания скороговорки.

Аналогично можно работать над текстом любой песни.

Как правильно формировать вокальные звуки.

Практически любая современная вокальная фраза (но не все без исключения!) содержит в своем составе как короткие речевые, так и длительные вокальные гласные. Более того, в зависимости от того, как пропеть фразу, короткая гласная может удлиниться, превратившись в вокальную, и наоборот. Современные стили дают певцу неограниченные возможности в этом направлении.

Итак, в дальнейшем тексте под словом гласные понимаются **ТОЛЬКО ВОКАЛЬНЫЕ ГЛАСНЫЕ** звуки.

Основные гласные звуки русского языка делятся :

- на звонкие гласные - это И, Э,
- среднюю - А
- глухие - О, У.
- йотированные гласные - Е, Ё, Ю, Я.

• **Ы** - Он, конечно, близок к **И**, но скажите, как его спеть без вокального зевка?! Само построение **Ы** в русском языке связано с работой мышц корня языка и глоточных мышц, а эта совместная работа приводит к эффекту, очень похожему на вокальный зевок.

Гласный **Ы** необходимо научиться маскировать при пении, приближая его к **И**, особенно на высоких нотах. Но если **И** звучит очень длительно, то наоборот, в нем должны появиться черты **Ы**, иначе не избежать оттенка писклявости.

Йотированные гласные

Любая йотированная гласная состоит из двух звуков - «й» и основного гласного. Надо научиться пропевать их, максимально приближая звук к основному гласному. То есть **Я** должна пропеваться с очень коротким произнесением звука «й» и всей своей остальной «массой» перерасти в **А**. В тексте это можно изобразить так:

Й-Я-А-А-А-А-А – неправильно,

- **й-А-А-А-А-А-А** – правильно.

Не надо утрировать краткий «и», если только это не вызвано особыми художественными задачами в данной песне. Аналогичен подход и к другим йотированным гласным. Особенно важным это общее правило становится, когда в тексте песни есть слова, имеющие двойную йотированную гласную, например «длиннее», «сильнее» или, скажем, «ночью синее».

Некоторым «особняком» стоит в списке гласный **Е**. Он должен звучать приближенно к **Э**, особенно если находится в первом слоге. Певцу необходимо

обязательно научиться находить для себя его правильное звучание - и не разговорное й-е-е, и не академическое э-э-э.

Ничто так не помогает в обучении, как образцы, те кумиры, те исполнители, пение которых не оставляет Вас равнодушным. Только нужно научиться слушать не просто ПЕСНЮ, а каждый звук и прием певца. В первую очередь как он работает с гласными звуками. Вы услышите множество совершенно разных способов пения йотированных и основных гласных, ведь музыкальные задачи так разнообразны! Но наверняка не услышите одной из самых характерных ошибок начинающих – **НЕДОПЕВАНИЕ** или **НЕДОТЯГИВАНИЕ** (в смысле длины, а не высоты звука).

Для певца важно знать мелодию песни «как отче наш», но не только ту мелодию, которую он слышит, а ту, которая **ДЕЙСТВИТЕЛЬНО ДОЛЖНА ПРОЗВУЧАТЬ!** Постоянной ошибкой является желание петь так, как слышит собственный мозг. Мозг запоминает не столько музыкальные черты, сколько определенное настроение, «драйв» той или иной песни. Так уж сложилось в человеческой природе, что правильная передача высот звуков (отсутствие фальши) главнее, чем правильная передача длительностей нот. Все верно, высотность в мелодии действительно важнее с точки зрения восприятия музыки слушателем! Основу мелодии передает правильное чередование высоты исполняемых звуков, но оно еще **НЕ ДЕЛАЕТ ПЕСНЮ - ПЕСНЕЙ!**

Стихи нараспев или разговор под музыку – еще не песня. Часто начинающие певцы, особенно те, кто занимается самостоятельно, допускают эту ошибку, неверно оценивая роль музыкального сопровождения песни – аранжировки. Считают, что не обязательно петь длинные гласные (ведь это труднее, чем короткие), потому что «все вытащит аккомпанемент». Никогда даже самая супер аранжировка не замаскирует плохой вокал! Аранжировка песни пишется под вокал, а не наоборот! Вокальная партия в любой песне – главное! Иначе это не песня, а что-либо иное... Основная техническая причина недопевания гласного звука – нетренированность дыхания. То есть, Вы, возможно, понимаете, что нужно допеть, что нельзя так бросать звук, в вокальной ткани песни появится «дырка», пустота, а сделать ничего не можете – «задохнётесь».

Работая с песней, певец-профессионал тратит основное время не на то, чтобы выучить мелодию и «вытянуть» верхние ноты (Если он это делает, то о каком профессионализме можно говорить?!), а на работу с вокальным текстом, в первую очередь, направив свои усилия на гласные звуки – их звучание должно не просто поддержать текст, который он поет, их звучание должно передать эмоцию, вложенную самим певцом в этот текст. Согласитесь, спеть можно «глубоко», «светло», «иронично», «весело», «грустно», «с напряжением» и так далее. Кроме того, в искусственном регистре голоса любая гласная будет звучать не так, как речевая гласная. Регистр-то не речевой!

Вообще гласный звук можно изменять в четырех параметрах, вот они:

- **ВЫСОТА** (высота звука создается складками)
- **ДЛИТЕЛЬНОСТЬ** (За нее отвечает дыхание)

- **ГРОМКОСТЬ** (Двойной параметр. Она создается дыханием и складками одновременно при правильно скоординированной их работе).
- **ТЕМБР** (Тембром звука можно управлять, изменяя форму и размер своего главного резонатора – ротовой полости).

В реальной песне все четыре параметра работают одновременно, но их подготовка, настройка происходит во время репетиций и, зачастую, по отдельности.

Каждой высоте каждого звука каждой фразы соответствует определенный тембр гласного звука, который певец-профессионал подбирает в своем голосе во время репетиций. Этот тембр должен быть оптимален для данной ноты с точки зрения певца (или педагога), иначе певец будет искать другое звучание ноты или фразы, до тех пор, пока не удовлетворится результатом. Естественно, в речевом регистре тембр более богат обертонами, чем в искусственном, работа по подбору тембра более сложна. Но тембр требуется подбирать и для звуков искусственного регистра, чтобы голос звучал наиболее красиво или наиболее своеобразно, кому что нужно. Если бы все певцы пели совершенно одинаково гласные звуки, было бы очень трудно отличать один голос от другого.

Работа по подбору оптимального тембра гласной называется формированием гласной. Вам нужно научиться не только из **О** делать **А** или **Э**, а видоизменять саму гласную. Главным органом в этом деле является самый «важный» резонатор - рот. Со всем набором своих органов, конечно. Так вот, в зависимости от того, какую форму принимает рот (вся ротовая полость, естественно), гласный звук может звучать по-разному. Кроме того, язык либо расслабленно лежит на предназначенном ему месте, либо в разной степени «уползает» назад или вперед. А что влияет на изменение конфигурации ротовой полости, ширину открытия рта? Правильно, нижняя челюсть. Все вместе называется артикуляцией, она как обеспечивает «перерастание» одного гласного в другой, так и меняет звучание одного и того же гласного звука.

Умение извлекать «разные» **А** или **Э** певцу необходимо. Так, например, при пении в искусственном регистре гласный звук нужно «подкрасить» обертонами, для этого певец формирует несколько «заглубленную» гласную, и она звучит более объемно. При пении в речевом регистре гласные звуки и так достаточно богаты обертонами, поэтому заглубление звука только помешает, звук станет неестественным. Гласную нужно пропеть «ближе». Разумеется, существуют и промежуточные положения. Вокальный зевек, «купол» мягкого нёба расширяют глоточное и ротовое пространство, при этом высокие звуки, высокие гласные приобретают другой тембр, но.. эти приемы ведут к изменению речевого положения гортани, а голос в целом приобретает характерное звучание.

В пении не все основные гласные равнозначны:

- **О** употребляется лишь тогда, когда на нее падает ударение в слове текста, иначе она меняется на **А**.
- **У** как наиболее глухая тоже употребляется редко.

В общем, 90 процентов всех основных гласных – это **А**.

Умение по-разному формировать гласные дает певцу возможность управлять эмоцией песни, без которой вокал, каким бы правильным он ни был, никогда не будет оценен по достоинству.

Приведенные правила и техники используются в любых вокальных стилях, от классики до R&B, и являются техническими основами.

Задача нейтрализации гласных в том, чтобы привести обертоны различных гласных звуков приблизительно в один диапазон их (обертонов) звучания. Это приводит к тому, что гласные начинают звучать «похоже» друг на друга, выравниваются по обертонам - **И** становится похожей на **Э**, на **А**, **А** на **О** и так далее. Это сложная техника, и ее применение оправданно лишь репертуарными требованиями.

Основные тоны гласных звуков зависят, в первую очередь, от наших связок, именно они создают первичные колебания нужной высоты, а вот обертоны - всецело от резонаторов, от выстраивания певцом резонаторной цепочки. При этом технической основой нейтрализации становятся мышечные приемы: зевок, поднятие мягкого нёба, опускание гортани, притемнение (округление) звука.

Метод, о котором говорит Менабени, то есть нейтрализация гласных, является одним из самых почитаемых в классической школе вокала. Из самого текста приведенной цитаты следует, что такое формирование певческих гласных будет существенно отличать их от речевых. Следовательно, текст песни тоже будет существенно отличаться от разговорного звука. Для опер не случайно пишут либретто - иногда текст разобрать просто невозможно, однако классика считает, что ради звука можно иногда пожертвовать текстом.

Зачем тогда нужно пение в речевой позиции? Такая техника звукоизвлечения сохранит гласные в их речевом виде, то есть в прямо противоположном по отношению к академическим требованиям. И это приведет к получению разборчивого текста (хотя разборчивость зависит главным образом от согласных). Ваш голос будет именно вашим, а не неким усредненным, «округло-притемненным», похожим на другой.

В современном репертуаре нейтрализация, зачастую, просто не нужна. В речевом диапазоне, на «первом этаже» голоса использование классических приемов нейтрализации приведет к слишком характерному «оперному звучанию».

В искусственном же регистре нейтрализация с ростом высоты возникает, отчасти, сама собой. Форманты гласных перестают различаться слухом начиная с определенной высоты. Пропеть гласную **У** можно лишь до какого-то высотного предела, потом она естественным образом станет звучать как **О**, выше - **О** перейдет в **А** и т.д. В свистковом же регистре вообще конкретной гласной не бывает, есть только звук, которому присущи черты звонких гласных **И**, **Э** и средней **А**, всех вместе.

Где тот предел «похожести» одной гласной на другую которой не стоит переходить. Каждый ищет такой уровень самостоятельно. Причем этот уровень, от его полного отсутствия (степень нейтрализации 0) может подниматься до какого-нибудь утрированного значения (подражание академическому вокалу, степень нейтрализации 100). Все зависит от песни, которую Вы хотите исполнить. Какой жанр, темп, характер, что хотите передать, какие эмоции

вложить и так далее, и тому подобное. Современный вокал демократичен - выбор за исполнителем.

Активное произношение согласных вызывает усиленное сокращение мышечных стенок ротоглотки, превращая ее тем самым в резонатор с относительно твердыми стенками, отчего увеличивается звонкость гласных в пении. Вот почему чем более четко произносятся согласные, тем ярче звучит голос, вот только произносить четко и ясно все согласные в пении как раз неправильно, какие-то, наоборот, нужно тщательно маскировать, причем это правило равнозначно для любой манеры, будь то классика, рок, поп и т.д.

Сначала необходимо понять следующее: если в обычной речи длина (по времени звучания) у гласных и согласных звуков примерно одинакова, то в речи вокальной гласные «съедают» почти все время звучания, согласные почти не слышны. Еще один аспект – речь создавалась не для пения, поэтому многие сочетания звуков петь просто неудобно, или они «неслухабельны» (ведущих к храму). Третий фактор – существуют в русском языке буквосочетания из большого количества согласных звуков (от взгляда, например), которые разрушат плавное течение звуков гласных, то есть если стараться произнести все согласные такого участка, в вокале появится звуковая «дыра». Фразу «Вот иду я вверх...» нужно петь, конечно, с одной **В** – «Вот иду я верх...» Как видите, хорошая певческая дикция и хорошая речевая дикция – вещи разные.

Вы спросите: «А как же петь такие сложные участки?» Ответ очевиден – не надо пытаться произнести все согласные, какие-то из них в буквосочетании будут «главнее», чем другие, т.е. если «выпадет» один согласный звук, то это будет почти незаметно, а если другой – то слово станет непонятным. Ну вот, например, возьмем фразы из предыдущего абзаца. Слова «ведущих к храму» можно без проблем спеть без согласного **К**, он здесь не главный звук. Тогда останется удвоенный **Х**, его можно превратить в одинарный. Что получится? «Ведущи храму...» Попробуйте, убедитесь сами. Сочетание «от взгляда» поем без согласного **В**, им можно пренебречь, но попробуйте пренебречь каким-либо другим!

Одной из репетиционных задач певца как раз является нахождение такого удобного для дикции сочетания звуков во фразе, которое бы и петь было легко, и смысл слов текста от этого бы не терялся!

Нужно слушать профессионалов, обращать внимание на их приемы, пробовать на репетициях различные способы звучания различных слогов и буквосочетаний. Глобальное правило для вокальной дикции одно – согласные звуки (поскольку без них не обойтись) должны звучать так, что бы как меньше оказывать внимание на вокальную линию гласных звуков. Все без исключения дикционные приемы направлены именно на это!

Различают согласные *заднего* (**К, Г**), *среднего* (**Х, Ш, Р**) и *переднего* (все остальные) уклада. То есть **К** и **Г** формируются в задней, глубинной части ротовой полости, а **Х, Ш, Р** – в средней. Это природный факт, поэтому следует, понимая характер формирования, произносить эти согласные «там, где они и должны возникать». В то же время попытки «углубить» произнесение передних согласных к хорошему результату не приведет. Право «бегать ближе-глубже» имеют только гласные звуки.