

**«Формирование певческого дыхания в детском хоре  
на начальном этапе обучения.  
Игровые упражнения для подготовки певческого аппарата  
к занятиям в хоровом классе»**

Составитель Лада Юрьевна Енькова

Преподаватель хоровых дисциплин

высшей категории

МАУ ДО ДШИ им. П. И. Чайковского

г. Калининград.

2024 год

Вокально-хоровая работа в детском хоре имеет свою специфику, так как детский организм растёт, развивается, соответственно меняется. Правильное вокальное пение способствует развитию голосовых связок, дыхательного и артикуляционного аппаратов. Правильное пение укрепляет здоровье детей. Чтобы развитие младшего школьника шло правильно, необходимо сформировать у него основные вокально-хоровые навыки. Певческое дыхание - это основа основ в вокальном искусстве. Правильное дыхание – это фундамент звукообразования, который дает силу, энергию, тембровую звонкость и активную длительность звука, способствует связности звуков, фраз, предложений, главное – связности художественной мысли. Постановка дыхания - это первый, необходимый этап обучения пению и постановки голоса обучающихся, это источник энергии для возникновения звука. Правильное певческое дыхание является основой вокальной техники, а также способствует укреплению здоровья. То, как мы дышим во время пения, отличается от того, как мы дышим в повседневной жизни, что требует от нас использования наших дыхательных мышц по-новому.

В процессе вокального воспитания детей в условиях хорового пения задача хормейстера заключается в том, чтобы научить их одинаковым приёмам дыхания. Для этого нужно, прежде всего, убрать внешние признаки неправильных дыхательных движений, например поднятие плеч, чтобы добиться более глубокого, смешанного типа вдоха, который в пении считается наиболее целесообразным. Для пения принципиальное значение имеет не столько тип дыхания, сколько характер выдоха. Выходящее дыхание должно быть плавным, без толчков, лишнего напряжения, но и достаточно организованным. Здесь мы воспитываем мышечную память на основе анализа и самоконтроля, Вдох осуществляется при действии мышц брюшного пресса, диафрагмы и рёбер в сложном процессе голосообразования и резонирования звука. Дыхательные упражнения способствуют развитию физической выносливости, а также ведущих качеств певческого голосообразования: яркости звука, силы и гибкости голоса, длительности звучания, широты диапазона.

Дыхание – энергетический источник голоса. Для того, чтобы избавиться от различных дефектов в голосовом аппарате, нужно отучить детей петь крикливо, резко, напряжённо, соблюдать правильную певческую установку, так как она создаёт благоприятные условия для правильных, естественных движений как дыхательных органов, так и в голосовом аппарате. Часто ребёнок поднимает плечи и напрягает шею при вдохе потому, что он не умеет подготовиться к пению. Эти лишние движения мешают спокойной работе дыхания, которое должно происходить незаметно. Когда ребёнок выпрямляет свой корпус, прямая спина, слегка отведённые назад плечи, свободная шея - его грудная клетка уже принимает положение вдоха и самый вдох делается незаметно, бесшумно, без напряжения, без перегрузки. Дыхание должно быть свободным, равномерным, естественным. Не все дети сразу понимают как нужно дышать. Надо рассказать и наглядно показать детям, как следует дышать, чтобы работали мышцы живота. А также нижних и верхних отделов грудной клетки. Певческий вдох следует брать бесшумно, достаточно глубоко, одновременно через нос и рот в медленном темпе через нос, обязательно с небольшой задержкой, которая активизирует вдох и создаёт «опору», говорят «пение на опоре»; задержка дыхания рождает звук, интонационно точный «без подъезда», служит предпосылкой одновременного вступления хора по руке дирижёра. Выдох должен быть

постепенный, равномерный, продолжительный, чтобы при этом связки были плотно сомкнуты, иначе звук будет сиплым и тяжёлым. Длительность и сила дыхания развиваются при помощи упражнений на дыхание без звуков, они помогают дыхательным мышцам осуществлять свою работу более точно, тем самым мы развиваем способность управлять мускулатурой и необходимыми мышцами.

Всему этому ребёнка можно научить в форме игры. Упражнения без пения, применяются, чередуясь на занятиях, на первом этапе работы над дыханием для понятия о правильных дыхательных движениях, их ощущениях детьми, и для тренировки мышц брюшного пресса, как дыхательная зарядка. Достаточная натренированность дыхательных мышц является исключительно важным моментом в выработке ровного выдоха – звука. После того, как дети ознакомились с упражнениями на дыхание без звука. Начинаем работу над певческим дыханием со звуком.

Современные дети получают много разнообразной, яркой информации, их всё труднее удивлять. Поэтому педагогам приходится придумывать на уроке новые формы работы, необычные формы знакомства с новым музыкальным материалом, в котором могли бы воплотиться их активность, деятельный характер мышления.

Цель упражнений: через эмоционально – осознанное отношение детей к упражнениям, а затем и к хоровым произведениям, которые они исполняют, формирование вокально-хоровые навыки, а именно певческое дыхание.

Задачи упражнений: укрепление дыхательных мышц во время вдоха, выдоха; освоение опоры звука; развитие навыков певческого дыхания при звуковедениях legato, staccato.

Пример упражнений, которые можно выполнять на уроках хора, вокального ансамбля. Эти упражнения можно переименовать, соответственно другому времени года.

Комплекс упражнений «Зимний лес»:

- Вдыхаем запахи зимнего леса: вдох медленный, долгий через нос, поток воздуха направляется в животик; долгий выдох через рот.
- Несколько быстрых коротких вдохов через нос, выдох длинный через рот. Можно выполнять и выдох быстрый – принимаемся.
- «Ходьба на лыжах по ровной дороге»: короткие вдохи и выдохи беззвучные на слог «ух», на каждый взмах рук, в которых воображаемые лыжные палки.
- «Спуск с горки»: «забираемся на горку» с ускорением на слог «ух», «спускаемся с горки» на гласную «у», кто дальше скатится, у кого дольше хватит выдоха.
- «Дуем на снежинку, которая упала на ладошку» дуем на снежинку долгим выдохом, чтобы дети чувствовали, холодную струю воздуха.
- «Сдуваем снежинки с ладошки» короткими выдохами сдуваем снежинки 3, 5, 7 снежинок по очереди.

- «Игра в хоккей»: в руках клюшки, катаем шайбу на коротком выдохе на слог «шух».
- Упражнение «Ракета»: быстрый вдох, короткий и поднимаем руки в стороны, на долгом выдохе произносим звук «с» или «з» и медленно опускаем руки. Воздух закончился – руки внизу.
- Упражнение «Надуваем и катаемся на «ватрушке»»: это известное упражнение «Насос». Несколько детей «насосы» - они изображают звук насоса, остальные медленно надувают животики и когда «ватрушка наполнена воздухом» медленно выдыхают звук «с». Скатываться с горы на «ватрушке» можно на гласные «у», «о», «э»
- «Греемся»: дышим тёплым воздухом на руки, чередуя короткие выдохи с длинными.

Педагог напоминает, подсказывает, контролирует дыхание, вдох, выдох, в каждом упражнении. Упражнения делаются 2-3 раза. Они важны: для развития экономного выдоха, для развития опоры дыхания, для развития и укрепления певческого дыхания, на тренировку брюшного пресса. Выполнение приведённых упражнений приучает учеников понимать, что дыхание в пении должно находиться под контролем их сознания. Большую роль в приобретении хорошего дыхания играют как физические ощущения, так и сознание с целенаправленным вниманием, без которых устойчивость дыхания достигнута быть не может. В процессе обучения пению упражнения на укрепление дыхательного и голосового аппарата, свободное и правильное владение ими, неразрывно связаны между собой.

Подводя итог упражнениям для формирования правильного певческого дыхания, можно сказать, что с помощью упражнений, методик по формированию певческого дыхания у детей младшего хора их чувства эмоциональной отзывчивости, воображение, фантазия развиваются в большей степени, помогают глубже и точнее понять содержание учебного процесса. Учащиеся становятся более раскрепощёнными, гармоничными, а их ответы – более грамотными, оригинальными, разнообразными, что усиливает впечатление детей. Таким образом, осознание важности использования певческого дыхания в развитии вокально-хоровых навыков и личностных качеств младших школьников, управление этим видом деятельности в нужном педагогу направлении позволяет повысить эффективность учебного процесса, делает его оптимальным.

Методическая, нотная литература:

1. В.С.Попов «О развитии певческого голоса младших школьников». «Музыкальное воспитание в школе» вып.16. Издательство М.Музыка. 1985 г.
2. Г.П.Стулова «Развитие детского голоса в процессе обучения пению». Издательство М.Прометей. 1992 г.
3. И. Роганова «Работа с младшим хором» «Методическое пособие. Формирование первоначальных вокально-хоровых навыков». Издательство «Композитор».
4. «Младший хор. Одноголосие. Хрестоматия часть I» редактор-составитель И.В.Роганова. Издательство «Композитор».
5. М. Лазарев «Песни доктора М.Лазарева».