

Лекція 1. (магістри)

Тема: Еволюція вокально-виконавських традицій у вокальній педагогіці вищої школи. Реформа Дж.Верді та основи сучасного бельканто.

Мета: сформувати понятійну основу вокальної педагогіки в комплексному розумінні вокально-педагогічних завдань як багаторівневого процесу активного впливу на фізичне тіло та духовну сферу людини.

Вступ. Навчання співу, як і будь-який педагогічний процес тісно пов'язане із сприйняттям, розумовою діяльністю, запам'ятовуванням та аналізом отриманої інформації, що дозволяє розглядати його в загальнопедагогічній структурі навчально-виховної роботи у ВНЗ. У спеціальній літературі вокальний розвиток розглядається як багаторівневий процес, здатний активно впливати на формування духовних якостей людини «через цілеспрямовану передачу підростаючому поколінню соціально-історичного досвіду, цілісну сукупність суспільних вимог до особистості школяра» (Г.П.Стулова).

План:

- 1.Історична база українського співацького мистецтва;
- 2.Процес становлення теоретичних засад світового вокального мистецтва та виконавська реформа Дж.Верді;
- 3.Основи сучасного бельканто у вокальній педагогіці;

Тема 1: «Педагогічні засади розвитку віртуозної техніки кастратів в епоху класичного бельканто та вокально-виконавська реформа ХІХ ст.»

Віртуозна техніка виконання творів у ХVІ-ХVІІ ст. була пріоритетним напрямком тривалого часу становлення італійської, а згодом і європейської співацької культури, яка полягала у відточеному вокально-технічному рівні

голосоведення, коли голос співака ставав інструментом вишколення на грані фантастичних можливостей звукоутворення, витісняючи водночас музичну основу художнього образу твору. Це вимагало прискіпливого відбору талановитих дітей (хлопчиків), яких в певний період оскопляли для збереження їх унікального тембру.

Голоси кастратів мали: *широкий (в межах 3-х октав) рівний діапазон, яскраве, дзвінке і світле забарвлення звука, виразну дикцію*. Технічні можливості таких голосів вирізнялися бездоганністю і неперевершеною виконання різноманітних **вокальних прикрас**: *мелізмів, рулад, трелей, форшлагів, мордентів*, неймовірна кількість яких у вокальних творах презентувала не тільки рівень підготовки співаків, а й талант кожного з них. Наявність аподжіатури була показником *імпровізаційних* здібностей кожного виконавця – слухачі йшли на демонстрацію саме індивідуальних технічних можливостей голосу співака, а не на конкретну оперу композитора.

Підготовка співака такого рівня полягала в тривалому, виснажливому, насиченому величезною кількістю вправ, опануванні техніки «бельканто» («bel canto» - красивий спів, з іт.), яка, навіть всупереч мелодичному малюнку повинна презентувати насамперед голос. «Голос, голос і ще раз голос!» - ось гасло тих часів, реалізація якого ґрунтувалася на «приближеній» (і дуже «світлій») манері звукоутворення, яка отримала згодом назву «солодкий спів».

Вокальна педагогіка стародавньої Європи ХУІІ-ХУІІІ ст., яка ґрунтувалася на засадах італійської (оперної) співацької культури (від П.Тозі, Дж. Манчіні, Дж. Каччіні та А.Скарлатті до Ф.Ламперті, М.Гарсія та Дж.Верді) спирається насамперед на практичний досвід видатних вокалістів-педагогів минулого, вивірений творчими досягненнями і викристалізований в горнилі музичної діяльності тривалого часу і багатьох поколінь. Різноманітні форми оперної музики: арія, речитатив, ансамбль, хор, мелодекламація, дозволили урізноманітнити театральну-музичне мистецтво і поглибити виражальну силу співдружності музики та слова та розширити кордони культурної співдружності з європейськими країнами. Заборона Папою

Римським кастрації спонукала впровадження жіночого контингенту співаків у театри, що вимагало і їх відповідної технічної підготовки. Таким чином, вокальна педагогіка збагачується новими методичними принципами. Голосові дані співака розглядаються в ширшому аспекті: ефекти стилю і технічні якості виконавця підпорядковуються музичному образу і логіці оперного героя. Певними правилами збагачується і робота над регістрами(особливо – повним, грудним) та діапазоном голосу(дихання, філірування, активна атака звука, пом'якшення крайніх високих звуків) для досягнення бездоганної кантилени звучання.

Зміни технології сольного співу і поява теоретично-методичних праць були зумовлені потребою формування нових засобів художньої виразності і сценічної дії з емоційно-психологічним драматизмом трагедійних образів - нового напрямку в оперному мистецтві ХІХ ст. - т.зв. *epoxy «історичного бельканто»*. Започатковується цей етап надзвичайною популярністю плідної творчості Дж. Россіні, яка відкрила світові блискучих виконавців – сопрано: І.Кольбран, А.Каталані, М.Марколіні, баритона Л.Дзамбоні, баса Ф.Галлі та ін., спів яких наблизив світове вокальне мистецтво до сучасного розуміння оперної культури. Виразниками виконавсько-педагогічної культури названого періоду стали Ф.Ламперті, Л.Джиральдоні, М.Гарсія-син, Дж.Верді. На зміну фіоритурній техніці співу приходять т.зв. «мікстування» і прикриття верхньої ділянки голосу («сомбрування»), глибоке косто-абдомінальне дихання з використанням понижено-фіксованої гортані та активного м'якого піднебіння, що сформувало поняття примарної зони («центрального тону») і значно розширило виконавські можливості голосу. У вокальній практиці оперного співу класичне бельканто набуває нових виконавських форм у операх Верді - пониження регістрових переходів, гра, зовнішня відповідність сценічному образу, баритони-герої...

Питання для закріплення знань:

1. Чим вирізняється вокально-педагогічна думка минулого?

2.Що лежить в основі педагогічних принципів старовинної Європи?

3.Які вокально-виконавські реформи у оперній практиці XIX ст.?

4.Чим викликане реформування педагогічних постулатів співу?

Завдання для самостійного опрацювання:

1.Опрацювати рекомендовану літературу;

2.Проаналізувати основні вимоги до формування звука;

3.Порівняти характеристику звучання голосу кастратів(стиль староіталійського бельканто) зі стилем т.зв. класичного бельканто.

4.Розкрити основні реформаторські ідеї у оперному виконавстві.

Література: 4; 7; 9; 11; 15; 21; 30.

Тема 2: «Аналіз вокально-виконавських традицій оперного співу Франції, Італії та Німеччини та значення техніки мікстування»

Теоретико-методичні постулати національних шкіл Європи значною мірою спираються на традиції, започатковані в Італії, яка дала поштовх для розвитку світового вокального мистецтва і сприяла взаємозв'язку цих шкіл. Проте, національні співацькі традиції завжди впливають з народних мовних особливостей та рівня розвитку музичної культури. Тому, *французька вокальна школа* вже з самого початку визначила для себе основні співацькі принципи, якими послуговувалася впродовж всього періоду формування світових засад вокального мистецтва. Ще у XVIII ст. Ж.Берар у своїй книзі «Мистецтво співу» узагальнює погляд на спів як фізіологічний акт узгодженої роботи організму співака, де розвиває думку про розвиток вміння співати *cantabile* «приглушеним» (прикритим ?) і міцним звуком та «ніжним і манірним» для вираження різних відтінків людської пристрасті, хоча італійці жорстко критикували надто «крикливу «істерію» та афектовану декламацію французів, побудовану на емоційно-фальцетних відтінках «близького» звукоутворення.

У *німецькій вокальній школі*, яка ґрунтувалася на хорових традиціях духовного, переважно одноголосого, співу проблема оперного виконавства

«губилася» в складній, насиченій приголосними фонемами, мовній структурі, що спонукало використання італійської співацької школи у національних операх. Власні вокальні традиції вимагали перегляду усталених італійських нормативів та вироблення свого особливого «інструментального» звука, який би відповідав мовній культурі німецького народу. Новаторський підхід Р.Вагнера і т.зв. «фонетична школа» співу стала основою могутнього сплеску національної вокальної оперної практики, яка зайняла чільне місце в світовій музичній культурі.

Проблема мікстування (т.зв. прикриття) голосу вперше застосована фр. співаком і педагогом Ж.Дюпре відкрила нову епоху у вокальному мистецтві, оскільки дозволила розширити межі діапазону голосу. Це насамперед пов'язано з використанням більш глибокого змішаного типу дихання (діафрагматично-нижньореберного – косто-абдомінального). Це дихання, як технічна база співу, вперше впроваджена в практику в трактаті «Школа співу» М.Гарсія-сина. Використання більш глибокого дихання в порівнянні з грудним типом у класичному бельканто епохи кастратів сприяло збільшенню сили голосу, яскравішому звучанню, багатшому на обертони тембровому звучанню, яким успішно користуються і по сьогоднішній день у оперній практиці. Для використання цієї техніки необхідно подолати перехідні звуки фальцетного переходу у верхній ділянці діапазону голосу т.зв. «притемненням» верхніх нот, тобто, використанням більш змішаного (мікстового) звучання голосу, що дозволяє утворити монолітну вокальну лінію. У співака використання цієї техніки створює відчуття утримування на верхніх нотах грудного тембру голосу, а отже, утворення однорегістрового звучання діапазону, без регістрової зміни, і тому набуває однорідного звучання. Проте, цей прогрес у вокальному мистецтві деякі науковці вважають (В.Багрунов) досить серйозною помилкою. На їхню думку пониження типу дихання привело багатьох відомих співаків минулого (Е.Карузо, Ф.Таманьйо) до швидкої втоми голосового апарата, його завчасного «зношення» і, навіть, передчасної смерті (Карузо помер у 42 роки від раку гортані, а Таманьйо – у

40, від емпіземи легень). Тому використання мікстового звучання голосу потребує дуже копіткої роботи і чіткого розподілу емоцій та грамотного використання названого дихання.

Питання для закріплення знань:

- 1.Що лежить в основі всіх національних співацьких традицій?
- 2.Які передумови становлення вокального мистецтва Франції і Німеччини?
- 3.В чому полягають новаторські реформи Р.Вагнера, Ж.Берара, К.Глюка?
- 4.Що входить в поняття мікстування голосу у практиці співу?

Завдання для самостійного опрацювання:

- 1.Проаналізуйте засади італійського, французького та німецького мистецтва;
- 2.Визначте основні віхи оперної реформи Р.Вагнера;
- 3.Охарактеризуйте особливості т.зв. «фонетичної школи» співу.
- 4.Розкрийте поняття мікстування голосу у співі.

ЛІТЕРАТУРА: 2; 4; 5; 6; 11; 15; 13; 21; 24; 30 - Дод. – 6; 7.

Семінарське заняття №1: «Основи класичного бельканто»

Питання для опрацювання:

- 1.*Обрунтуйте особливості вокальної техніки епохи класичного бельканто ;*
- 2.*В чому полягала вокально-виконавська реформа Дж.Верді і охарактеризуйте її вплив на формування сучасного співацького мистецтва;*
- 3.*Розкрийте особливості вокальних традицій Франції;*
- 4.*Розкрийте особливості вокально-виконавських традицій Німеччини;*
- 5.*Зробіть порівняльний аналіз вокальних шкіл минулого і сучасності: спільне і відмінне у техніці співу, манерах виконання, традиціях тощо;*

6.Що являє собою техніка мікстування голосу?

ЛІТЕРАТУРА:

1. Гнидь Б. Історія вокального мистецтва/ Б.Гнидь. – К.:НМКАУ, 1997;
2. Прокопьев В. Как стать певцом и сделать карьеру/В.Прокопьев.- С-Пб.: «Русская графика», 2000; (Гл.: 11,14);
3. Назаренко И. Искусство пения. – М.: «Музыка», 1968;
4. Емельянов В. Развитие голоса .Координация и тренинг. – С-Пб: Лань, 1997 – 192 с.

Зміст лекції 1.

1.Історична база українського співацького мистецтва.

Багаторівнева структура вокального мистецтва, як відомо, забезпечується сукупністю фізичного, біологічного, психологічного, соціального та естетичного аспектів. У взаємозв'язку вони утворюють цілісну систему педагогічного впливу на формування духовних якостей дитини, причому, кожен з них реалізує певний обсяг навчально-виховного впливу через функції голосу на властивому йому рівні інформації (теоретичному чи практичному). Так *фізичний аспект* реалізується через акустичні властивості голосу як показника якості звучання; *біологічний* – через фізіологічні механізми звуковедення, тобто, функціональну злагодженість роботи голосового апарата; *психологічний* – через усвідомлення процесу сприйняття і відтворення звуку в контексті закономірностей функціонування людської психіки; *соціальний* – через розвиток суспільно-політичної свідомості, розуміння місця вокального мистецтва в конкретних соціальних умовах та його ролі в історичному прогресі людства і, зокрема, суспільства; *естетичний* – через формування високого естетичного смаку у процесі спілкування з вокальним мистецтвом та естетичних ідеалів як ціннісних компонентів відображення дійсності. Сукупність аспектів вокального навчання стає, таким

чином, складовою загальнопедагогічної підготовки, спрямованої на формування грамотного і висококваліфікованого спеціаліста.

Глибокі історичні корені українського співацького мистецтва беруть свій початок ще з дохристиянських часів і чітко прослідковуються в період князювання Володимира Великого та його сина Ярослава Мудрого, коли з хрещенням Русі в літургійну практику церков впроваджується хоровий спів, перейнятий від болгар-деместиків (співаків-підлітків), що ґрунтувався на т.зв. грецькому православному каноні «осьмогласся». Суворий поліфонічний стиль системи навчання вже тоді відрізнявся надзвичайно високим ступенем регламентованості та канонічності в методиці навчання співу (відповідно до етикету стародавньої «півчої» культури), цілком відповідаючи релігійному світоглядові, соціальним та етичним філософським поглядам епохи. Це визначало специфіку методичних прийомів, які з покоління в покоління існували лише в практичній т.зв. «ізустрійній» формі. Вони спрямовувалися на засвоєння мелодичних зворотів (т.зв. «гласів»), що в певній організованій системі склалися з восьми ладів, відповідно до церковного статусу літургійного тексту-молитов, освоєння якого потребувало досконалого знання всього культового співацького етикету. Оволодіння «етикетом» співу було головним критерієм оцінки майстерності співака і основною метою навчання загалом. Мелодичну основу музичного матеріалу – кантів, псалмів, ірмолоїв склали народні мотиви, відомі широкому загалу, тобто, народові. Через таке «вкраплення» «мирського» вокального репертуару система навчання згодом набула назви «руське осьмогласся». Про це свідчать перші підручники ХУІ-ХУІІІ ст. – азбуковники, читанки, граматики, словники, які зафіксували у навчальному матеріалі ігри та обряди з піснями і танцями, поширеними серед народу. Таким чином, історично зумовлене музичне виховання, впроваджене у всіх школах, які існували тоді при церквах та монастирях, стало складовою частиною навчально-виховного процесу, що давало дітям значний чуттєво-емоційний досвід, визначало зміст їхньої музично-естетичної культури і формувало певну світоглядну позицію – процесу, в якому творча взаємодія

вчителя та учня була об'єктом культури творення, оскільки популяризувалася практика виконання школярами творів «власних» композиторів – учителів, братчиків, дяків, чиї твори ґрунтувалися на лексичі живого музичного побуту. Власні хорові та інструментальні композиції з елементами імпровізації часто супроводили учнівські (за участю і вчителів) містерії релігійного змісту, вертепи, драми, кращі з яких відбирались до співаників та педагогічних посібників. Вперше теоретичне обґрунтування засад вокально-музичного навчання було узагальнене українським композитором, педагогом, регентом, киянином Михайлом Дилецьким у трактаті «Музикійская граматика» (1679 р.), якою довгий час послуговувалася вся Європа і яка дала поштовх активному розвитку співацького мистецтва у навчальних закладах старовинної Європи. Саме в Європі з тих часів співацьке мистецтво набуло широкої популярності, але, на відміну від традиційної української хорової (багатоголосої) практики співу, там започаткувався (через відсутність культового хорового співу в католицьких соборах), стиль т.зв. «класичного бельканто» (зокрема, в Італії) як школа сольного, зокрема, оперного співу, що базувався на вокальній техніці співаків-кастратів. Спів цих виконавців відрізнявся бездоганною, надзвичайно віртуозною, технікою голосоведення, з широким діапазоном (понад три октави) і великою силою звучання. Вони виконували різні вокальні партії, зокрема, жіночі, оскільки, в театральних виставах брали участь лише чоловіки. «Техніка співу понад усе» - ось основне гасло класичного періоду бельканто («красивий спів»), адже спів повинен заворожувати, дивувати, захоплювати... Враховуючи чоловічу міцну статуру, природне змішане голосоведення в поєднанні з фальцетним регістром, збереженим у фізіології кастрата, ці артисти мали надзвичайну популярність в європейській оперній практиці майже до XIX ст., добиваючись, фактично неймовірних результатів у вокально-технічних можливостях людського голосу. Їх спів зачаровував великою кількістю вокальних прикрас – рулад, трелей, пасажів, мордентів тощо, які в переважній більшості, мали імпровізаційний характер, а отже, були завжди непередбачувані і несподівані

для слухачів (у сучасній вокальній практиці така техніка характерна лише для колоратурного сопрано). В опері, таким чином, завжди панував дух змагання і своєрідний «парад» співаків-талентів, яких фанатично підтримувала публіка. Рівний і сильний на всьому діапазоні голос співаків-кастратів надзвичайно ефектно і яскраво демонстрував вокальну техніку, що згодом, після заборони Папою Римським у кінці ХУІІІ ст.. кастрації, як фізіологічної наруги (злочину перед людством), дозволило музичній світовій еліті та музичним критикам заговорити про крах співацького мистецтва загалом, оскільки, жіночі голоси, які замінили кастратів, не могли зрівнятися з ними ні за силою, ні за яскравістю тембральних фарб у виконанні, ні бездоганною «лінією» звучання діапазону (жіночі голоси мають різкі регістрові переходи).

2.Процес становлення теоретичних засад світового вокального мистецтва та виконавська реформа Дж. Верді.

Віртуозна техніка виконання творів у ХУІ-ХУІІІ ст. була пріоритетним напрямком тривалого часу становлення італійської, а згодом і європейської співацької культури, яка полягала у відточеному вокально-технічному рівні голосоведення, коли голос співака ставав інструментом вишколення на грані фантастичних можливостей звукоутворення, витісняючи водночас музичну основу художнього образу твору. Це вимагало прискіпливого відбору талановитих дітей (хлопчиків), яких в певний період оскопляли для збереження їх унікального тембру.

Голоси кастратів мали: *широкий (в межах 3-х октав) рівний діапазон, яскраве, дзвінке і світле забарвлення звука, виразну дикцію.* Технічні можливості таких голосів вирізнялися бездоганністю і неперевершеністю виконання різноманітних *вокальних прикрас: мелізмів, рулад, трелей, форшлагів, мордентів,* неймовірна кількість яких у вокальних творах презентувала не тільки рівень підготовки співаків, а й талант кожного з них. Наявність аподжіатури була показником *імпровізаційних* здібностей кожного

виконавця – слухачі йшли на демонстрацію саме індивідуальних технічних можливостей голосу співака, а не на конкретну оперу композитора.

Підготовка співака такого рівня полягала в тривалому, виснажливому, насиченому величезною кількістю вправ, опануванні техніки «бельканто» («bel canto» - красивий спів, з іт.), яка, навіть всупереч мелодичному малюнку повинна презентувати насамперед голос. «Голос, голос і ще раз голос!» - ось гасло тих часів, реалізація якого ґрунтувалася на «приближеній» (і дуже «світлій») манері звукоутворення, яка отримала згодом назву «солодкий спів».

Вокальна педагогіка стародавньої Європи XVII-XVIII ст., яка ґрунтувалася на засадах італійської (оперної) співацької культури (від П.Тозі, Дж. Манчіні, Дж. Каччіні та А.Скарлатті до Ф.Ламперті, М.Гарсія та Дж.Верді) спирається насамперед на практичний досвід видатних вокалістів-педагогів минулого, вивірений творчими досягненнями і викристалізуваний в горнилі музичної діяльності тривалого часу і багатьох поколінь. Різноманітні форми оперної музики: арія, речитатив, ансамбль, хор, мелодекламація, дозволили урізноманітнити театральну-музичне мистецтво і поглибити виражальну силу співдружності музики та слова та розширити кордони культурної співдружності з європейськими країнами. Заборона Папою Римським кастрації спонукала впровадження жіночого контингенту співаків у театри, що вимагало і їх відповідної технічної підготовки. Таким чином, вокальна педагогіка збагачується новими методичними принципами. Голосові дані співака розглядаються в ширшому аспекті: ефекти стилю і технічні якості виконавця підпорядковуються музичному образу і логіці оперного героя. Певними правилами збагачується і робота над регістрами (особливо – повним, грудним) та діапазоном голосу (дихання, філірування, активна атака звука, пом'якшення крайніх високих звуків) для досягнення бездоганної кантилени звучання.

Зміни технології сольного співу і поява теоретично-методичних праць були зумовлені потребою формування нових засобів художньої виразності і сценічної дії з емоційно-психологічним драматизмом трагедійних

образів - нового напрямку в оперному мистецтві ХІХ ст. - т.зв. *epochu «історичного бельканто»*. Започатковується цей етап надзвичайною популярністю плідної творчості Дж. Россіні, яка відкрила світові блискучих виконавців – сопрано: І.Кольбран, А.Каталані, М.Марколіні, баритона Л.Дзамбоні, баса Ф.Галлі та ін., спів яких наблизив світове вокальне мистецтво до сучасного розуміння оперної культури. Виразниками виконавсько-педагогічної культури названого періоду стали Ф.Ламперті, Л.Джиральдоні, М.Гарсія-син, Дж.Верді. На зміну фіоритурній техніці співу приходять т.зв. «мікстування» і прикриття верхньої ділянки голосу («сомбрування»), глибоке косто-абдомінальне дихання з використанням понижено-фіксованої гортані та активного м'якого піднебіння, що сформувало поняття примарної зони («центрального тону») і значно розширило виконавські можливості голосу. У вокальній практиці оперного співу класичне бельканто набуває нових виконавських форм у операх Верді - пониження регістрових переходів, гра, зовнішня відповідність сценічному образу, впровадження проміжного чоловічого голосу – баритона в оперну практику. У європейській вокальній культурі відбуваються значні зрушення у виконавській практиці.

Теоретико-методичні постулати національних шкіл Європи значною мірою спираються на традиції, започатковані в Італії, яка дала поштовх для розвитку світового вокального мистецтва і сприяла взаємозв'язку цих шкіл. Проте, національні співацькі традиції завжди впливають з народних мовних особливостей та рівня розвитку музичної культури. Тому, *французька вокальна школа* вже з самого початку визначила для себе основні співацькі принципи, якими послуговувалася впродовж всього періоду формування світових засад вокального мистецтва. Ще у ХУІІІ ст. Ж.Берар у своїй книзі «Мистецтво співу» узагальнює погляд на спів як фізіологічний акт узгодженої роботи організму співака, де розвиває думку про розвиток вміння співати *cantabile* «приглушеним» (прикритим ?) і міцним звуком та «ніжним і манірним» для вираження різних відтінків людської пристрасті, хоча італійці

жорстко критикували надто «крикливу «істерію» та афектовану декламацію французів, побудовану на емоційно-фальцетних відтінках «близького» звукоутворення.

У німецькій вокальній школі, яка ґрунтувалася на хорових традиціях духовного, переважно одноголосого, співу проблема оперного виконавства «губилася» в складній, насиченій приголосними фонемами, мовній структурі, що спонукало використання італійської співацької школи у національних операх. Власні вокальні традиції вимагали перегляду усталених італійських нормативів та вироблення свого особливого «інструментального» звука, який би відповідав мовній культурі німецького народу. Новаторський підхід Р.Вагнера і т.зв. «фонетична школа» співу стала основою могутнього сплеску національної вокальної оперної практики, яка зайняла чільне місце в світовій музичній культурі.

Проблема мікстування (т.зв. прикриття) голосу вперше застосована французьким співаком і педагогом Ж.Дюпре відкрила нову епоху у вокальному мистецтві, оскільки дозволила розширити межі діапазону голосу. Це, насамперед, пов'язане з використанням більш глибокого змішаного типу дихання (діафрагматично-нижньореберного – косто-абдомінального). Це дихання, як технічна база співу, вперше впроваджена в практику в трактаті «Школа співу» М.Гарсія-сина. Використання більш глибокого дихання в порівнянні з грудним типом у класичному бельканто епохи кастратів сприяло збільшенню сили голосу, яскравішому звучанню, багатшому на обертони тембровому звучанню, яким успішно користуються і по сьогоднішній день у оперній практиці. Для використання цієї техніки необхідно подолати перехідні звуки фальцетного переходу у верхній ділянці діапазону голосу т.зв. «притемненням» верхніх нот, тобто, використанням більш змішаного (мікстового) звучання голосу, що дозволяє утворити монолітну вокальну лінію. У співака використання цієї техніки створює відчуття утримування на верхніх нотах грудного тембру голосу, а отже, утворення однорегістрового звучання діапазону, без регістрової зміни, і тому набуває однорідного

звучання. Це потребує від виконавця уміння імпедансувати звучання голосу, (утримувати гортань у фіксованому дещо пониженому положенні і, відповідно, збільшувати опір голосових зв'язок щодо потоку повітря, який надходить з легень).

В цей період починається новий етап розвитку вокальної техніки у практиці оперного мистецтва. Основним завданням школи сольного співу стає формування і розвиток діапазону голосу співаків як чоловічих, так і жіночих, зокрема, їх основних акустичних показників: резонування, дзвінкості, засобів виразності, дикції тощо, які б відповідали художньому образу твору та естетичним смакам даного часу. Наступає нова ера т.зв. «розумного співу», оскільки в практику музичного виховання, крім вже апробованої практичної системи (навчання «з голосу») розвитку голосу, поступово впроваджується і теоретичний аспект, який дозволив узагальнити вокально-технічний досвід, сформував основу для наукового опрацювання співацького мистецтва через засвоєння теоретичних основ, композиції та регентської справи і спонукав науково-дослідницьку діяльність педагогів-вокалістів, першими з яких стали Мануель Гарсія-батько і Мануель Гарсія-син (винахідник ларингоскопа, яким успішно користуються без особливих видозмін сучасні медики). Перший методичний трактат про розвиток голосу написав саме М.Гарсія-син, який видав книгу «Школа співу». Наукові дослідження відбувалися в різних сферах діяльності, що спонукало появу і розвиток нових наукових галузей, зокрема, акустики, фізіології, психології, фоніатрії та ін., які, як суміжні з вокальною педагогікою науки, сприяли формуванню нового мислення і нового підходу до співацького мистецтва загалом. Саме активна наукова діяльність XIX і, особливо, XX ст., розширила рамки мистецтва співу, зокрема, техніки класичного бельканто, яка набула нових, багатших, відповідно до часу, форм, збагатила вокальну педагогіку, а відтак, і методику роботи з голосом.

Перші істотні зміни у вокальному виконавстві найбільш яскраво виражені у творчості видатного італійського композитора Джузеппе Верді, який вважається реформатором оперного мистецтва (друга половина XIX –

поч. .XX ст..). Отже, з творчості Верді бере свій початок т.зв. *реформа вокального виконавства*, яка заклала фундамент сучасній манері академічного співу, прийнятою європейською музичною культурою, і яка отримала назву: *європейська академічна оперно-концертна змішано-прикрита манера співу*. В її рамках побутують багатонаціональні традиції, пов'язані з історико-культурними, стилістично-мовними нашаруваннями і течіями у розвитку мистецтва різних народів і національностей, узагальненими епохами бароко, класицизму, сентименталізму, романтизму, реалізму, експресіонізму і т.п. Глибоке усвідомлення культурно-історичних змін, течій і напрямків у вокальній культурі дозволяє якнайповніше використовувати співакам можливості свого голосу і перевтілюватися в героя епохи згідно композиторського задуму. Саме такий підхід повністю відповідає сучасним вимогам оперної практики (сучасного бельканто), що дозволяє співпрацювати співакам з кращими театрами світу, успішно долати вокально-технічні і мовні бар'єри та удосконалювати свою майстерність. Зрозуміло, що виконання різними мовами – італійською, німецькою, французькою, іспанською чи українською вимагатиме від співака і відповідної вокальної техніки, так само, як і твори різних композиторів та епох.

Оперна творчість Дж. Верді – це насамперед, глибоке розуміння художнього образу твору, його емоційне насичення, що у вокальній техніці вимагає співпереживання і артистизму відтворення драматичних перипетій героя, відповідної до образу техніки виконання, глибини і правдивості почуттів. Таким чином, в оперній практиці появляється (на відміну від епохи класичного бельканто, яка спиралася на технічні показники, фактично, нехтуючи змістовною стороною оперної вистави), драматургія музичного образу, яка вимагає:

- Збагачення вокально-виконавського образу і впровадження нових головних героїв опери – чоловічих, зокрема, баритона;
- Практика пониження регістрових переходів у жіночих голосах (т.зв. мікстування голосу);

- Використання практики т.зв. прикриття верхніх нот діапазону голосу у чоловічих голосів (як естетична і фізіологічно доцільна техніка);
- Відповідність голосових і фізичних якостей співаків щодо образу героя (вікових, акторських, голосових типів тощо);

Такий підхід розширював рамки вокально-виконавських вимог і відкривав нові перспективи для розвитку вокальної педагогіки, яка б сформувала б еталон звучання голосу і сприяла розвитку музичної культури загалом.

Практика сольного співу, яка визріла в Італії, легко «прижилася» в українській вокальній культурі, оскільки фонетична основа української мови, за дослідженнями вчених, найбільш споріднена саме з італійською фонетикою за кількістю голосних та наявністю відкритих складів, що й надає їй особливої «співучості». Крім того, практика хорового співу, яка віками використовувалась в українському побуті, сприяла активному розвитку співацької культури і забезпечила ґрунтовну базу для формування академічної манери голосоведення як універсальної техніки удосконалення фізичного та духовного здоров'я особистості виконавця. Вчені відзначають надзвичайну силу співу, майже «медитативна» властивість якого дозволяє всебічно розвивати організм людини, сприяючи: активному кровообігові, покращенню мозкової діяльності через насичення киснем клітин кори головного мозку, активізацію нервово-м'язової діяльності, покращенню пам'яті, уваги, мислення, емоційного тону, дикційно-артикуляційних навичок, а, відповідно, і тривалої життєздатності організму і опору негативним проявам – хворобам, шкідливим звичкам, пригніченого стану тощо. Діти, які співають, завжди охочіше і краще вчаться, вирізняються комунікативністю, дружелюбністю, активною життєвою позицією, вмінням легко адаптуватися до оточення, адекватним сприйняттям дійсності, терпимістю і доброзичливістю в спілкуванні і побуті.

3. Основи сучасного бельканто у вокальній педагогіці вищої школи.

Спів, як вид діяльності має надзвичайно багатогранну технічну базу і вирізняється широкою палітрою різновидів звукоутворення, які отримали назву «манера голосоведення» - народну, естрадну, побутово-наспівну, мелодекламатичну, академічну (класичну) тощо, кожна з яких пов'язана з певним способом звучання голосу – «білим» і відритим, опертим чи не опертим, з наявним чи відсутнім вібрато, «легким» чи «важким», крикливим (форсованим) чи м'яким і т.п. Як в народній, так і естрадній та академічній манерах існує ще безліч напрямків, пов'язаних з народнопісенними національними традиціями, релігійними і світськими уподобаннями, мовними різновидами і діалектами та музично-культурними нашаруваннями..., кожна з яких віддзеркалює глибинні пласти історії народу і впливає зі звичаєвого життєпису кожної нації, кожного етносу, їх ментального ядра (згадати хоча б широкий «распєв» росіян, м'яке і світле звуковидобування українців, яке отримало назву «солодкого» київського «пінія», неповторний характер духовних спірічуелсів африканських народів, горлового звучання азійських пісень, фальцетно-розчулених індусів, гіпнотичних медитацій ламаїстів Тибету та багато інших). Саме ці особливості значною мірою впливають на формування і сучасних напрямків естрадного співу, які реалізуються в поп-, фолк-, рок- та інші види вокально-музичної діяльності (реп, андеграунд, блюз, джаз, кантрі, хіп-хоп тощо). Проте, якщо естрадна музика апелює передовсім до естетичних уподобань масового мистецтва і спрямована до широкого загалу молодіжно-невибагливої аудиторії, завдяки «облегшеній» формі вокально-музичного сприйняття і спрощеній співацькій манері, академічний спів спрямований на удосконалення і повноцінне функціонування всієї голосотвірної системи, що надає йому особливого статусу елітного мистецтва. Академічна манера голосотворення вимагає майстерного володіння співацькими «ресурсами» організму людини, поєднуючи в собі фізіологічні, естетичні та музичні аспекти, що формує пласт т.зв. «високого мистецтва» через поєднання трьох основних **критеріїв**: біологічної доцільності,

акустичної ефективності та енергетичної економічності (за В.Ємельяновим).

Тому, основні навчально-педагогічні принципи школи сучасного бельканто («красивого співу» - з італ.) ґрунтуються на:

1.Повноцінному збалансованому, змішаному диханні, яке має широкий спектр дії і дозволяє виконувати найрізноманітніші вокальні твори. Воно повинно відбуватися:

- без підняття плечей (майже непорушною верхньою частиною грудей);
- помірною кількістю набраного повітря (ротом і носом одночасно);
- миттєвою фіксацією (затримкою, т.зв. опорою дихання);
- повільним економним видихом-співом з утримуванням м'язами живота відчуття вдихання (т.зв. «вокально-тілесна схема», «вокальний пояс»);
- з відчуттям вільного горла в ділянці голосових зв'язок і свободи гортані;

2.Активній і енергійній атаці звука (без «в'їздів» у звук);

3.Природній, без перебільшення, роботі артикуляційного апарата, особливо в ділянці кореня язика;

4.Змішаному звукоутворенні, яке сприяє вирівнюванню регістрових переходів і однорідному звучанню голосу;

5.На т.зв. «прикритому на відкритій основі» голосоведенні (в міру округленими звуками і вільній гортані);

6.Початковій вокальній роботі, яка повинна базуватися на робочому діапазоні (без використання крайніх звуків діапазону голосу);

7.Бездоганній дикції (протяжність голосних і миттєва вимова приголосних);

8.Використанні різноманітних фонетичних вправ;

9.Формуванні високої позиції звука та збереженні однорідного звучання;

10.Розвитку усвідомленого ставлення до процесу голосоутворення («інтелектуального співу»).

Висновки. Навчання співу – це тривала і копітка робота, яка вимагає серйозного ставлення як до своїх голосових можливостей, так і до їх розвитку. У завдання педагога входить не тільки правильне визначення типу голосу учня, а й виховання усвідомленого керівництва основними параметрами: диханням, резонуванням, дикційними навичками, характером звучання, а також, психологічною витримкою та наполегливістю в процесі роботи над художнім образом.

Література:

1. Люш Д. Развитие и сохранение певческого голоса / Д.Люш. – К.: Музыкальна Україна, 1988. – С. 46-103;
2. Кушка Я.С. Методика навчання співу: посібник з основ вокальної майстерності / Я.С.Кушка. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2013. - розділ VI. – С.131-165;
3. Прокопьев В.Н. Как стать певцом и сделать карьеру / В.Н.Прокопьев. – СПб.: Изд-во «Русская графика», 2000. Глава 10-11. С.116-137.

Питання:

1. В чому полягає суть історичного розвитку українського вокального мистецтва?
2. В чому полягає процес становлення теоретичних засад світового вокального мистецтва?
3. Чим характеризується вокальна реформа Дж. Верді?
4. Якими принципами керується система сучасного бельканто?

Лекція 2. (магістри)

Тема: Класифікація професійних голосів (методичний аспект).

Мета: обґрунтувати основні вокально-виконавські можливості через призму професійної діяльності співаків у світлі сучасних вимог, які ставляться до вокального мистецтва загалом.

Вступ. Відома і широко розповсюджена класифікація голосів як загальне поняття співацьких можливостей людини в даному випадку потребує чіткого уточнення в професійній сфері виконавсько-методичного напрямку, оскільки різні технічні можливості у жіночих та чоловічих голосах спонукають до конкретизації вокально-педагогічного підходу до їх кваліфікаційної підготовки, згідно природних можливостей кожного напрямку – високих (тенори, сопрано) та низьких (баритони, басы, мецо-сопрано, контральто, тощо). Жанрова різноманітність вокалізації пов'язана зі специфікою звукоутворення, що й визначає їх якісні характеристики і вимагає чіткого розуміння вокально-педагогічних завдань.

План:

- 1.Сучасний погляд на класифікацію професійних голосів;
- 2.Характеристика жіночих голосів та їх методичний аспект;
- 3.Характеристика чоловічих голосів та роль вольового чинника;

Зміст лекції 2

1.Сучасний погляд на класифікацію професійних голосів.

Класифікація професійних голосів здійснюється на базі таких показників як: сила, діапазон, летючість та динамічність. В часи староіталійського бельканто (XVI-XVII ст.), теситура вокальних партій, як стверджують джерела, обмежувалась центральним (робочим, до півтори-двох октав) діапазоном і тому такий поділ не проводився. З ХУІІІ ст., коли оперна теситура вже вимагала значного розширення діапазону (і остаточно закріпилась у наступних ХІХ та ХХ ст.), у вокальній практиці сформувалось *сім основних типів* голосів: чоловічих – бас, баритон, тенор, а серед жіночих – сопрано, колоратурне сопрано, мецо-сопрано та контральто. Всі голоси за силою і яскравістю звучання поділяються на *драматичні* (міцні, глибокі і насичені) та *ліричні* (легкі, дзвінкі, світлі). Подальший розподіл тісно пов'язаний зі специфікою виконавської практики та задуму композиторів, що

дозволило уточнити потреби сучасного оперного мистецтва (та різновидів академічного і естрадного співу), пристосовуючи вокально-технічні якості співаків до мінливих вимог часу і значно розширити типологію голосів виконавців. В сучасній вокальній практиці вже налічується понад 20 типів голосів, розподіл яких пов'язаний як з характером виконавської практики (оперним, камерним, наспівно-мелодраматичним, різновидами естрадного, народного виконавства тощо), так і з якісними показниками голосових можливостей – діапазоном, яскравістю і силою звукоутворення. Урахування природних даних голосу – ліричних та драматичних характеристик – можуть виявляти і акустичні ознаки обох названих типів. Такі голоси у вокальній практиці отримали назву «проміжних» голосів (лірико-драматичних, лірико-колоратурних, камерних, мецо-колоратури, «героїчних» тощо).

Поділ голосів найбільш виразно проявляється в тембральних характеристиках, які залежать від багатьох показників (сталих і тимчасових): довжини голосових зв'язок, їх міцності, активності гормональної системи співака, первинного спектру гортані, наявності підзв'язкового тиску і, навіть, характеру харчування, кров'яного тиску, життєвого режиму, загального тону та мікроклімату приміщення. І це попри те, що тембр кожної людини, як відомо, має неповторні ознаки, які складають його основну характеристику. У поділі голосі не менш важливу роль відіграє і міцність звучання, яка залежить, насамперед, від тону гортані, побудови ротоглоткового рупора, могутності грудної порожнини та гортанних і головних резонаторів, а також, від емоційно-вольового потенціалу і енергетики самого співака. Для оперних театрів міцність голосу повинна бути в межах 120 децибелів, для театрів оперети і мюзик-холів – 90-110 дБ., а для естрадно-філармонійної діяльності – до 80 дБ. Співаки з меншими показниками міцності вважаються т.зв. «мікрофонними» виконавцями (за даними В.Прокоп'єва). В залежності від типу голосу у діапазоні співаків переважає той чи інший регістр: у високих голосів провідним є головний (з фальцетною основою звукоутворення), а для низьких природним регістром є грудний. *Регістром* (за В.Ємельяновим)

називається певне положення гортані, завдяки якому голос озвучується тим чи іншим резонатором – головним (кістки черепа, т.зв. «маска»), чи грудним (грудна клітка), внаслідок чого голос набуває, відповідно, головного (фальцетного) чи грудного звучання. В органній музиці «регістр» означає важіль, яким переключають механізм органу на новий ряд звуків. Тому, найбільшою проблемою розвитку діапазону голосу кожного співака стає т.зв. *техніка вирівнювання діапазону, яка передбачає «згладжування» перехідних нот між грудним та головним регістрами та опанування змішаним (мікстом, медіумом) регістром*. Діапазон сучасних співаків повинен мати в межах трьох октав з відпрацьованою технікою згладжування регістрових переходів (порогів), щоб технічні завдання дозволили успішно користуватися різними теситурними умовами вокальних творів.

Варто пам'ятати, що природа чоловічого голосу, в основі якого лежить грудний регістр дещо відрізняється від аналогічного грудного у жінок: у чоловіків цей регістр має ознаки *природного медіуму*, тобто, змішаний характер звукоутворення (тому й робота з ними розпочинається з середніх т.зв. примарних тонів діапазону, розвиваючи його в обидва боки, на що наголошував ще М.Глінка).

Звукоутворення у жіночих голосах в грудному регістрі має більш «відкритий», різкий, т.зв. «білий» («народний») характер і формування медіуму, найчастіше, належить до першочергових завдань постановки голосу, оскільки, лише в такий спосіб можна виховати правильну техніку співу з однорідним тембральним забарвленням на всьому діапазоні голосу, коли грудний регістр утворюватиметься м'якою манерою озвучення, тобто, із завчасним використанням (заздалегідь) елементів фальцетного регістру (коли ще не настав поріг грудного регістру). Це дозволяє не перевантажувати голосовий апарат і позбавляє голос різкого і крикливого звучання. Це ж певною мірою стосується і тенорів, характер звучання яких наближається, швидше, до жіночого механізму голосоведення, що вимагає свідомо виразнішого озвучування фальцетного регістру (головного резонування).

2. Характеристика жіночих голосів та їх методичний аспект.

Високі жіночі голоси – сопрано – це світле, яскраве, дзвінке звучання голосу, яке має індивідуально-неповторні властивості: ширину діапазону, тембральні якості і емоційно-виразну насиченість художнього образу, особливу рухливість і легкість.

Основну характеристику голосу, як відомо, утворює тембр, який вирізняється обертовою насиченістю (густота тембру), інтонаційною палітрою яскраво-близького звукоутворення у високій позиції головного (фальцетного) звучання. Загальний діапазон залежить від індивідуальних фізіологічних властивостей голосу співачки та рівня розвитку голосових можливостей і професійної діяльності, завдяки якому голоси поділяються на: *колоратурне сопрано* – надзвичайно легкий рухливий голос з діапазоном – від «ДО-РЕ» першої октави до «ФА-СОЛЬ» третьої; *ліричне сопрано*, діапазон якого дещо нижчий, хоча й мало відрізняється від колоратурного за сріблестістю і легкістю звучання – від «ДО-РЕ» першої октави до «РЕ-МІ» третьої; *драматичне, або т.зв. центральне сопрано*, яке вирізняється міцним, насиченим тембром і силою звучання з загальним діапазоном – від «СІ-ЛЯ» малої октави, до «ДО» третьої. Ще існують т.зв. проміжні голоси, індивідуальні властивості яких поєднують якості звучання і діапазони основних: *лірико-колоратурні, лірико-драматичні* тощо.

В роботі з високими жіночими голосами першочергову роль завжди відіграватиме технічна сторона, як найефективніша методика формування характерного для них рухливого, близького і яскравого звучання, яка, однак, вимагає усвідомлення т.зв. чинника «вертикальності звука», пов'язаного з розвитком високої позиції звучання голосу та опори звука впродовж всього діапазону голосу (поєднання регістрів), оскільки це є найкоротшим шляхом для розв'язання проблеми регістрів, тембру, нюансування та динамічних відтінків звучання.

Якщо високі жіночі голоси дивують яскравістю і дзвінкістю головного (фальцетного) регістру, то *низькі жіночі голоси*, які отримали назву – ***меццо-сопрано та контральто*** - здатні принести неповторну насолоду слухачам своєю тембральною насиченістю і густотою обертонів грудного регістру (у поєднанні з фальцетним), діапазон яких коливається від «ФА-СОЛЬ» малої октави до «СОЛЬ-СІ» другої. *Меццо-сопрано*, в свою чергу, може мати діапазон драматичного сопрано, лише з більш виразним звучанням нижньої ділянки діапазону, чи наближатися до більш «густого» звучання найнижчого жіночого голосу – *контральто* (діапазон якого найчастіше охоплює «МІ» малої і «ФА-СОЛЬ» другої октави).

Робота над технікою голосу для низьких жіночих голосів є не менш важливою, ніж для високих, проте, найсуттєвішими для них є ***три основні завдання***:

- *вирівнювання регістрових переходів;*
- *оволодіння імпедансом;*
- *опанування синтезу слова і музики.*

Як відомо, грудне резонування у низьких жіночих голосів досягається виробленням активного тону грудей і живота, т.зв. ***імпедансування гортані*** і збільшенням ємкості мовного тракту. Поняття техніки «імпедансу гортані» дещо відрізняється в чоловічих і жіночих голосах. У жіночих голосів імпеданс стосується гіперфункції не *хрящових утворень гортані* (як у чоловіків), а *м'язово-сухожильних, переважно, грудинно-під'язикових та лопатково-під'язикових м'язів*, які сприяють збільшенню ємкості ротоглотки. Оскільки чистота інтонування залежить від активності дихання (зі слуховим моделюванням тону), а ***висока позиція*** зумовлюється ***опорою звука*** і ***резонаційною активністю*** назальних (носових) порожнин, то виразність вимови слів залежатиме саме від *імпедансу грудочеревних м'язів, власне, нейродинаміки органів мовлення* і психодинаміки загалом.

Основними *відмінностями* між високими жіночими голосами і низькими є те, що високі голоси мають більш *природну артикуляційну*

саморегуляцію голосового апарату і тому не потребують особливого втручання, оскільки, голосовий апарат у них працює лише в *комплексному режимі*, а відчуття імпедансу є досить слабкими і «розмитими». Тому, відчуття імпедансування у них тісно пов'язуватиметься з простим «укладанням» *гортані* в найзручніше положення, в чому й полягає навчання. Вплив на той чи інший орган у високих голосів матиме успіх лише за умови, що педагог чудово «бачить» функційний зв'язок в організмі співачки і може конкретизувати творче завдання, щоб стимулювати формування правильних відчуттів.

Водночас, *низькі голоси*, часто вимагають *теоретичної конкретизації діяльності окремих голосотвірних органів*, тобто спрямованого впливу на ту чи іншу функцію, хоча комплексний характер голосоведення також повинен враховуватися. Для досягнення потрібного результату практики радять насамперед:

- *настроїти голос в резонанс* з власною частотою тракту учениці,
- а тоді *опрацьовувати знайдену позицію* на різних голосних на одному і тому ж тоні з метою створення ефекту *авторегулювання* рухів діафрагми в залежності від зміни тиску в мовному тракті (гортані-трахеї), зумовленого тою чи іншою голосною фонемою;
- згодом необхідно *об'єднати в кантилену* кілька сусідніх тонів в одну послідовність на одній голосній з наступним чергуванням кількох голосних і тонів.

І тільки після досягнення стійкості характеристик звука за тембровими, формантними, частотними і амплітудними параметрами, варто переходити до поєднання голосних і приголосних фонем, оскільки тоді комбінації складів вже будуватимуться більш ефективно, особливо, коли форманта голосної якомога менше спотворюватиметься приголосною. Учениця (студентка) повинна усвідомлювати цей процес і запам'ятовувати відчуття правильного звучання, оскільки позиції голосних і приголосних

фонем у відчуттях чітко локалізуються: *голосні – в ротоглотці, а приголосні – на губах.*

Процес згладжування голосних складів зумовлюється:

а) активністю дихання;

б) активністю артикуляційного апарата;

в) наявністю аспірації, (усвідомлене стримування потоку видихання, яке без імпедансу на рівні всього тіла співаючого в оперному співі є, практично, нездійсненним).

Отже, виразність вокального мовлення і ККД процесу співу перебувають в прямій залежності від *імпедансу (урівноваження тиску повітря, яке надходить з трахеї і опору голосових зв'язок; відчуття активного «співробітництва» їх відчуються в трьох точках, в залежності від ділянки діапазону: в ротовій порожнині, в гортані та грудях),* що й дозволяє співакові перетворюватися в досконалий «музичний інструмент».

Музично-виконавські можливості кожного названого типу голосу тісно пов'язані з фізично-духовними якостями виконавця, його музичними здібностями, інтелектуальним розвитком та темпераментом, а також, наполегливістю і терпеливістю у процесі опанування вокально-технічного багажу знань. Природні вокальні здібності співака, також, тісно пов'язані з освітньо-кваліфікаційним рівнем підготовки кожного індивідуума, душевно-людськими якостями, навчальними можливостями та нервово-психологічним укладом роботи організму особистості виконавця, що ставить перед педагогом цілу низку творчих завдань і вимагає урахування індивідуальних особливостей для ефективного розвитку конкретного рівня обдарування.

Варто пам'ятати, що спів у натуральному (грудному) регістрі діапазону голосу вимагає *коливання зв'язок суцільною своєю масою, а при головному (фальцетному) регістрі переважає їх крайове змикання (тільки внутрішніми краями).* Отже, при переході у верхній регістр в голосотвірному механізмі повинен відбуватися *розподіл (розчленування) енергії від іннервації*

(коливання) голосових зв'язок до їх активного натягу, тому що при контакті довжини і маси звукового тіла підвищення тону залежатиме від збільшення сили його натягу. Цей чинник, як стверджує В.Прокоп'єв, якраз і не враховується співаками-початківцями, і їх гортань спазматично замикається при намаганні співати вище натурального тону.

Замикання гортані відбувається від невміння співака використовувати *захисні механізми голосового апарату* – імпедансувати голос на грудочеревному і гортанноглотковому рівнях, після оволодіння яким голос у верхньому регістрі набуває тембральної насиченості і зберігає грудне забарвлення, що й характеризує поняття «згладжування регістрів», або т.зв. «прикриття звука». Характер цього згладжування має виключно індивідуальні особливості, властиві кожному типові голосу, для якого визначені т.зв. «перехідні ноти» діапазону.

3. Характеристика чоловічих голосів та роль вольового чинника.

Високі чоловічі голоси – тенори – вирізняються особливою яскравістю і світлою тембральною фарбою близького звукоутворення і поділяються на: *драматичні, ліричні, лірико-драматичні і, доволі рідкісні у виконавській практиці, тенор-альтіно та контратенор*. Але, якщо перші три типи відрізняються між собою, здебільшого, тембральною густотою і силою звучання при майже однаковому діапазоні голосу: від «ЛЯ-СІ» великої октави до «СІ» першої – «ДО» другої октави, то *альтіно та контратенор* за тембром і м'якістю звучання наближаються швидше до жіночих голосів (драматичного сопрано та мецо-сопрано) з відповідним діапазоном (які у вокальній практиці отримали назву «містер-сопрано» чи «містер - мецо-сопрано»).

В сучасній практиці виховання голосу педагогічний вплив на формування професійних вокальних навичок щораз частіше пов'язується з вихованням *усвідомленого підходу, т.зв. свободи і розкритості голосотворення*, «коли динамічна система працює в режимі саморегуляції при будь-якому ступені важкості рішення завдань»..., оскільки, «без оптимального

синтезу музичних і функційних завдань співак не зможе стати господарем свого голосу і його творчість носитиме умовний характер» (за В.Прокоп'євим). На думку вчених, така свобода тісно пов'язується з *явищем імпедансу* (в ділянках трахеї гортані та рота), через призму якого можна розглядати процес саморегуляції звукотвірних функцій у співі, що вимагає чіткого усвідомлення та керівництва ними.

В роботі з тенорами найважливішу роль відіграє вироблення певної *вокальної позиції звука*, тобто, локалізації вокальних відчуттів, оскільки, саме *координація рухових (моторних) відчуттів* створює важливу проблему: внутрішні ідеомоторні (нервово-м'язові) відчуття можуть не співпадати з зовнішніми акустичними (через невідповідність морфології гортані конкретного співака чи акустичні умови приміщення тощо). Для вироблення в учня *правильних слухових уявлень* педагоги у навчальній практиці широко використовують прийом виконання окремих нот в середній ділянці діапазону, (переважно, примарних звуків, на зручній голосній фонемі) з прикладанням долоні до вуха, (для збільшення відчуття головного резонування). Прибравши руку з вуха учень повинен зберегти цей ефект резонування і надалі. Такий прийом спрацьовує не зразу, але, поступово, співак набуває уміння вольовим способом «наповнювати» голову звуком і зберігати це звучання «в масці» (без руки біля вуха).

Як показує практика, сформоване відчуття правильного резонування в голові, найефективніше засвоюється на голосних фонемах в поєднанні з йотованими («Я-А», «ЙО-О», «Ю-У», «Є-Е», «Ї-І» і т.п.), за умови ретельного контролю співаком за збереженням відчуття *незмінності звуковисотних та тембральних характеристик всіх голосних фонем*. Згодом ці ж голосні, утворені «у масці» спрямовуються і на формування кантиленного звучання різних інтервалів (на секундах, терціях, квартах і т.д.), зберігаючи таку ж однорідність звукоутворення (в одному і тому ж місці) і *вільно відкриту ротоглотку* без найменшого м'язового напруження (стан напівзівка). Однак, *вільне відкриття ротоглотки, не означає надто широкого*

простору в ділянці кореня язика, яке за твердженнями В.Ємельянова, повинно бути у формі «цеглини» (а не овалу, що часто вводить у оману початкуючих співаків). Правильне відкриття гортані передбачає легкий контакт з м'яким піднебінням, (коли при даному положенні легко утворюється йотована фонема). Широке відкриття гортані повинно утримуватися, насамперед, в ділянці голосових зв'язок (дещо вище від шийної ямочки), чому добре сприяє пониження кадика.

Опанування інтервалів найкраще засвоюється на гамоподібних вправах, спів яких вимагає чіткого контролю за збереженням непорушності вокальної лінії, що передбачає поступове пониження гортані (в міру підвищення тону). Тренування рівності звучання на середніх нотах діапазону голосу тенорам (від «МІ» малої до «МІ» першої), вокальний педагог і методолог В.Прокоп'єв радить здійснювати щодня по три години протягом тижня (як оптимальний термін формування стабільних навичок), що дозволяє співакам стабілізувати дихання і вирівняти звуковедення перед подальшим опрацюванням верхнього регістру голосу.

Верхній регістр голосу вимагає, як відомо, сформованого вокального слуху і міцної гортані. Вище ноти «МІ» першої октави, для правильного «прикриття голосу» необхідно використовувати пониження гортані та збільшення її ємності (внутрігортанна посмішка). Особливої уваги вимагатимуть перехідні ноти: «МІ», «ФА», «Фа-дієз», які необхідно прикривати обов'язково! В міру освоєння верхнього регістру відчуття резонування («пункту збору») переводиться з твердого піднебіння на м'яке, а на крайніх верхніх нотах фокус резонування вже відчуватиметься на маківці голови.

Тільки так, крок за кроком, поступово, за рік часу, як стверджує В.Прокоп'єв, можна без форсування дихання, під чітким слуховим контролем, досягнути потрібного результату, т.зв. «вертикальності звука», «коли всі ноти діапазону, ніби ртуть в термометрі, перебувають в єдиній трубочці і слух будь-яку з них озвучує за допомогою органіки».

Поступово у співака вироблятиметься відчуття «резонаційного куполу», т.зв. «ментально-акустичного феномену» (термін В.Прокоп'єва), невидимого зовнішнім спостереженням, який дозволяє сформувати оптимальну вокальну техніку, покращити тембр голосу та динамічні показники шляхом використання додаткових резонаторів ротоглотки та грудей, в процесі вивчення мелодії (на творах, але, спочатку, на склад «РО», або «ЛЬО»).

При наявності *високої гортані* В.Прокоп'єв радить надавати перевагу т.зв. «горішньому резонуванню», коли звук *фокусується на язиці, а гортань має децю звужене положення* (ефект передрупорної камери). Мелодію творів необхідно співати на склад «ЛЬО», з відчуттям резонування в «масці». Проте, така техніка не дозволяє (до повного опанування нею – поки не зміцніє і не розшириться гортань) використовувати драматичні твори, щоб не перевантажити (і не пошкодити) голосовий апарат. Для розпрацьовування гортані і гнучкості голосу педагог радить співати (на склад «РО», або «ЛЬО») мелодію, наприклад, серенади Сміта (з опери Ж.Бізе «Пертська красуня»). Октавний стрибок повинен *однаково озвучуватися* (в одному і тому ж місці). Коли твір звучатиме рівно і красиво на всіх голосних, варто пробувати співати зі словами, навіть, в нижчій тональності, а згодом, подолавши всі «незручні» слова, виконувати в натуральній тональності.

Для низьких чоловічих голосів – баритона і баса (з їх ліричними, драматичними та проміжними характеристиками звукоутворення – баса-кантанте, баса-профундо, баритона високого, баритона низького тощо, - діапазони яких коливаються від «профундового» «ДО» великої октави до повноцінної, тенорової - першої октави) - найбільш проблемними є *регістрові контрасти і крайні ноти діапазону голосу*, тому основні акценти стосуються формування *вібраційних відчуттів та імпедансу*. Для баритонів (як і мецсопрано), згладжування регістрів, через проміжний характер голосу, є найбільшою складністю. *Ліричні баритони притримуються високої позиції* (т.зв. артикуляційної, ідентичної з тенорами, пов'язаної з імпедансуванням

ротоглоткової порожнини), а драматичні – низької (басової, пов'язаної з імпедансуванням грудей).

Відповідно, для *ліричних баритонів* найзручнішим є *метод примарного тону*, з імпедансуванням ротоглоткової ділянки), коли зберігається однорідність тембру, а для *драматичних* – *метод оптимального використання резонансу трахеї і резонансу грудей*. Озвучення середніх нот діапазону, як правило, здійснюється без зусиль, звук утворюється ніби «на губах» (інструментально), а вібраційні відчуття концентруються в «масці» обличчя. В такий спосіб знімається навантаження зі зв'язок, оскільки головну роль в цьому відіграє психодинаміка, яка керується більш низькими рівнями регуляції – нейродинамікою та біомеханікою.

При переході до верхнього регістру *експресія думки* зростає прямо пропорційно висоті тону, а *дихання* при цьому виконує роль основного *провідного механізму*, тобто, обслуговує запити психодинаміки. Спів нижніх нот діапазону здійснюється в тому ж режимі, але з більш інтенсивним резонуванням грудей і чіткістю вимови голосних. Така «інструменталізація» співу сприяє збереженню *високої співацької форманти (спектру щільності голосних) і однорідності тембру впродовж всього діапазону*.

В методичному сенсі розподіл *баритонів і тенорів на ліричні і драматичні* носить досить умовний характер, оскільки інтеграція функційних зв'язків у обидвох є *однаковою*, а теситурні труднощі зумовлюються т.зв. хронаксією зворотного нерва і фізичними параметрами самих співаків. У *драматичних* баритонів все залежить від уміння *користуватися імпедансом грудей* і легкість виконання високих нот залежить від моделювання тону внутрішнім слухом, а у *ліричних* – від уміння утримувати увесь спектр у *високій позиції і уміння піднімати м'яке піднебіння (т.зв.ротоглоткове імпедансування)*.

Сучасна наука розглядає функцію *м'якого піднебіння* як найважливіший *компонент стимуляції опускання гортані* в пошуках потрібного положення і позитивного впливу на рухливість діафрагми та

нижньої щелепи. І це крім того, що м'яке піднебіння суттєво збільшує ємкість ротоглоткової порожнини і активізує взаємозв'язок ротоглоткового і носового резонаторів. Носовий резонатор надає голосові силу і летючість – якості, які особливо ефектно використовували у свій час видатні співаки М.Баттістіні та Ф.Таманьйо. Проте, це стосується тільки активного підняття «зівка», бо мляве і опущене м'яке піднебіння надає звукові гнусавого і безтембрового відтінку (що часто і демонструють співаки-початківці).

Багаточисельні нервові утворення, якими насичене м'яке піднебіння, стають своєрідними подразниками для активізації лицьового, трійчастого (тройничного) і язикоглоткового нервів, викликають т.зв. *іннервацію (коливання, роботу)* цих ділянок ротоглотки та, водночас, блокують рух т.зв. мандрівного (блукаючого) нерва, який дуже гальмує іннервацію гортані та сухожильний центр діафрагми, що є особливо важливим для менш рухливих чоловічих голосів. Рухають м'яке піднебіння особливі м'язи, які при натягуванні відкривають слухові (євстахієві) труби, маючи водночас, спільні точки фіксації піднебінної дужки, слухової труби та основи черепа. Тому, положення м'якого піднебіння безпосередньо впливає на резонаційні зони ротоглоткового каналу і на форму ротоглоткового рупора у співі, оскільки маленький язичок є рефлексогенною зоною м'якого піднебіння, зоною регуляції дихання, ковтання та звукоутворення.

З медичної літератури відомо, що ротоглотка людини складається з досить рухливих органів, утворених м'язами і м'якими тканинами, що легко змінюють свою конфігурацію. Вони (гортань і м'яке піднебіння) складають єдиний комплекс, головним рефлексорним збуджувачем при співі і «настроювачем» голосового апарату в якому є задня частина піднебіння, т.зв. «піднебінна дужка» з маленьким язичком. Піднімаючись цей язичок торкається задньої стінки глотки (ковтального горла), утворюючи т.зв. «складку Пассаван», що спричиняє нервові імпульси, які рефлексорно спонукають настроювання голосових зв'язок. Тому, у вокальному навчанні слід пам'ятати, що:

- забарвлення звука у гортані можливе лише при залученні резонаційних порожнин носоглотки і носа («вокальний напівпозіх»);

- позіх сприяє опущенню кореня язика і під'язичної кістки (відчуття пониження гортані);

- позіх спричиняє відчуття активності м'якого піднебіння, чим створює необхідний тонус діафрагми, впливає на голосники та їхню напругу, сприяє утворенню змішаного регістру та збільшує резонаційну здатність і силу звука.

Таким чином, значний вплив на акустичні якості голосу має і **тверде піднебіння**, зокрема, його форма, глибина та кривизна. Високе склепіння рота сприяє значно ефективнішому звукоутворенню, але при збільшенні його довжини та вигину яскравість звучання, навпаки, зменшується. При довгому та низькому піднебінні співак мимоволі переводить акустичний центр до передніх зубів, що робить малорухливим м'яке піднебіння, а при високому і короткому перекритті, навпаки, м'яке піднебіння надміру збільшується, що блокує утворення високих нот діапазону.

Найефективнішою довжиною м'якого піднебіння (у співвідношенні до довжини твердого піднебіння) вважається 15-20%, а найефективніший спів досягається при нахилі зубів до площини твердого піднебіння в 40-45 градусів (за даними В.Прокоп'єва). В іншому випадку, відбувається зайве витікання повітря через слабе резонування. А при збільшенні нахилу до 80 градусів, створюється шум в голові і голос швидко втомлюється через значну інтерференцію в ротовій порожнині. Тому, фоніатри повинні особливо уважно розглядати ротоглотки абітурієнтів, щоб, в разі аномальної будови, застерегти майбутніх студентів від можливих небажаних фізіологічних невідповідностей, вокальних негараздів та безперспективних результатів (в разі вибору фаху співака).

У співі **басів і драматичних баритонів** переважає грудне резонування і при наявності у співака могутньої грудної порожнини і низької гортані основні питання зводяться лише до працездатності та природних

музичних здібностей, проте, при *низькій грудній клітці і високій гортані* навчальні завдання значно ускладнюються. Впалі груди, як показує практика, *обмежують можливості імпедансу і не дозволяють добре опустити гортань*, а низьке м'яке піднебіння *зменшує можливості резонування в ротоглотці*, що вирішується лише методом *високої позиції* («інструментальності») звука.

В.Прокоп'єв вважає найкращим тестом для перевірки оптимальності ротоглотки фонему «У»: якщо вона у співака вимовляється, загалом, без особливих зусиль, то зручніше вибирати методику роботи з голосом саме з цієї голосної як провідної. Голосна «У», крім того, є універсальним інтегратором дихальної, резонаційної та артикуляційної систем, як така, що блокує тенденцію підняття гортані і форсування звука.

Таким чином, висока позиція для баса, який має високу гортань, на першому етапі опанування вокальною технікою, характеризується *«інструментальністю»* тону, згодом додається *імпеданс* на рівні назальної ділянки (носових пазух) з одночасним озвученням грудей (ставити звук «на груди»). Відкриті голосні дозволяють опанувати натуральний регістр голосу, а на перехідних нотах до верхнього регістру додається *імпеданс на рівні гортані чи грудей*. При цьому активізується емоційний тонус і артикуляція – *високі ноти необхідно «добре проказати»*, тобто, «поставити» в позицію.

Вольовий чинник у співі є необхідним як для чоловіків, так і для жінок. *Верхні тони спрямовуються в маківку голови, а нижні – опираються на груди*. Приголосні звуки повинні ніби *накладатися* на звукову хвилю, не спотворюючи саморегуляції функцій. Після озвучення верхніх і нижніх резонаторів вокальні відчуття вже можна закріплювати на нескладних вокальних творах, зокрема, народних піснях, старовинних аріях тощо.

Чоловіки від природи володіють добре розвиненими гладкими м'язами живота, що сприяє більш глибокому диханню і, відповідно, більш активному резонуванню грудей, але при цьому обмежується рухливість діафрагми і гортані, що, в свою чергу, відображається на вокальній техніці

(особливо, дикційній) і тому, вимагає спеціального навчання. Водночас, жіночі голоси інтенсивно піддаються впливу гормональних зрушень в організмі, тому їх голос за певних умов може суттєво змінитися, аж до зміни творчого амплуа – перейти з ліричного в драматичний чи навпаки, а більш високе дихання та органічна єдність мислення і чуттєвості дозволяє співачці легко вирішувати питання дикції, надавати співу особливої привабливості і повноти.

Проблема *поєднання музики і слова* успішно вирішується за допомогою високої позиції співу. Локалізація відчуттів у *лицьовій ділянці черепа* є своєрідним «рятівним кругом», який дозволяє подолати початковий період - період ще не збалансованого дихання і млявого тону гортані. Що ж до вокально-акустичних відчуттів, то фокус їх поступово повинен переходити з *твердого піднебіння на м'яке, а відтак, на повноцінне озвучення всього тіла виконавця*, в залежності від художніх завдань і самопочуття співака, (коли «вібрують лацкани піджака»).

Вокальна мова сприймається слухачами через акустичну і семантичну значущість, бо *звук* аналізується за інтенсивністю і частотою, а *слово* – за змістом і тембром. Амплітудно-частотний спектр звука, утворений коливаннями голосових зв'язок, попри частоти основного тону, містить в собі ще й численні обертони (гармоніки) – гармонічні і негармонічні, які в *голосовому тракті* (гортані і грудях) перетворюються в конкретні голосні звуки.

Модуляція звукових коливань в співі здійснюється *надгортанним рупором*, який має свої частотні характеристики і пропускає тільки гармоніки, які співпадають з його власним резонансом. Тому підсилення звука відбувається двома параметрами: *резонансним* – за рахунок підсилення коливань в резонаторах, і т.зв. «*турбулентним*» - за рахунок підсилення підзв'язкового тиску. В першому випадку (резонансному) звуковий спектр збагачується за рахунок переважання *гармонічних обертонів*, а в другому

(турбулентному) - за рахунок інтенсивності тиску численних *негармонічних обертонів*.

Стає очевидним той факт, що при *резонансному підсиленні* переважатиме кінетична сила, яка надасть звукові максимальної летючості, а отже, *співатиметься з задоволенням, без втоми, з відчуттям комфорту і творчого піднесення*. В іншому випадку, при *турбулентному підсиленні* переважатиме *потенційна сила*, яка не сприятиме утворенню летючості звука, а відтак, співак вимушено витрачатиме *фізичні зусилля і швидко втомлюватиметься*. Звичайно, висновок напрашується сам собою: *резонансне підсилення (ККД співу)* є не тільки більш **корисним** для здоров'я співака, а й **якіснішим** технічним засобом голосоведення. Проте, у вокальній практиці найважливішим стає *раціональність вирішення художніх завдань*, які повсякчасно стають перед виконавцем: іноді і турбулентне підсилення техніки співу (короткочасне) буде кращим вирішенням проблеми в умовах, скажімо, залу з поганою акустикою...

Сучасна вокальна музика вимагає *обов'язкового імпедансування гортані*, в зв'язку з чим спів щораз більше диференціюється з мовленням і термін «вокальна мова» найбільш адекватно виражає суть функційних проблем сучасної вокальної творчості. Через «невокальність» сучасної вокальної музики, як зазначає В.Прокоп'єв, «втрачається і вокальне вібрато, як найбільша гідність співу, оскільки, гортань щораз більше «ставиться на якір» і не має можливості створювати це вібрато, що, в свою чергу, веде до вихолощення голосу».

Вібрато, як головна ознака якості голосоведення, пов'язана з режимом *автоколивань*, які утворюються на рівні гортані і залежать від *вокальної техніки, власної частоти тракту і енергетики співака*. Режим автоколивань (за нормою – 5-8 кол./сек.) надає голосові особливої неповторності, краси і природності, а співакові – витривалість і насолоду. Надмірне вібрато сприймається на слух як тремоляція («баранець»), а

недостатнє – як коливання (гойдання) голосу, що робить інтонування фальшивим.

Важливим показником техніки співу є знаходження у співака вірного звучання т.зв. **форманти тракту** (порожнини гортані і грудей – т.зв. «звукової труби»). Саме від формантного складу голосних, утворених в «голосовій трубі», залежать якісні характеристики яскравості і сили звучання голосу співака. **Форманта** – це спектральна насиченість і щільність голосних звуків (на рівні інфразвуків та ультразвуків), які утворюються на двох рівнях – у горлі і ротовій порожнині і характеризуються: яскравістю, дзвінкістю, летючістю (*висока співацька форманта*); тембральною глибиною, гучністю і насиченістю (*низька співацька форманта*) та виразністю і чіткістю дикції (*середня форманта, яка характеризує мовленнєву ділянку*).

Саме наявність цих трьох основних формант і надає звукові повноцінного звучання та якісних характеристик. Кожна з голосних має свою певну густоту і соковитість: «А» - 700-1000 Гц, «О» - 535-780 Гц, «У» - 300-650 Гц, «Е» - 440-1800 Гц, «І» - 240-2250 Гц. *Інфразвуки* генеруються в легенях і мовленнєвому тракті і мають благотворний вплив на вібрато, а *ультразвуки* генеруються на різних рівнях регуляції, надаючи голосу емоційні якості і летючості.

Форманта тракту характеризується чотирма параметрами: частотою, шириною, початковою амплітудою і початковою фазою:

- *частота тракту* визначає *примарний тон голосу*, тому з перших же днів роботи з голосом найважливішим завданням є, саме, визначення індивідуальної частоти тракту співака;

- *ширина форманти* зумовлюється розмірами гортані, і зменшення ширини збільшує час затухання звука, але погіршує тембр голосу, тому знаходження «золотої середини» є найпершим завданням і *пониження гортані* створює для цього сприятливі умови ;

- *початкову амплітуду* з першого ж звука можна отримати лише за умови повного розслаблення організму співаючого (напр., стан пробудження зі сну);

- *початкова фаза* утворюється в умовах примарного тону, коли зберігається тембр голосу на кожній проспіваній ноті, а також, зберігається початкова амплітуда і початковий спектр гармонік.

Для успішної роботи важливо *утримувати названі показники* на всіх звуках. Коли це не вдається зразу, то спочатку варто опрацювати звучання (для утворення потрібних зв'язків) на двох сусідніх нотах, співаючи по чергово кілька разів поспіль на одному диханні, запам'ятовуючи слухові і тілесні відчуття. Різні голосні матимуть, відповідно, і різні відчуття через зміну параметрів звука та зміну режиму фонації. Очевидним є те, що для досягнення стабільності акустичних характеристик у співі різних голосних, треба, навіть на одній ноті, постійно, у відповідності до утворюваної голосної, *змінювати конфігурацію ротоглотки*, чим і характеризується добра артикуляція кожного співака.

Висновки. Таким чином, глибоке усвідомлення процесу голосотворення, дозволяє зануритися в тонкощі внутрішніх резервів самої голосотвірної системи, яка ще зберігає чимало таємниць. Пізнання їх вимагає ретельного вивчення широкого кола суміжних наук, таких як: фізіологія, морфологія, фоніатрія, нейролінгвістика, акустика, психологія тощо, на стику яких і відбувається творча діяльність голосотвірної системи співака-виконавця.

Література:

1. Прокопьев В. Как стать певцом и сделать карьеру / В. Прокопьев. – СПб.: Изд-во «Русская графика», 2000. – 192 с.;

2.Кушка Я.С. Методика навчання співу: посібник з основ вокальної майстерності / Я.С.Кушка. – Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2013. – С. 131-165;

3.Стасько Г.Психотехніка співу у вокальній педагогіці: монографія / Г.Є.Стасько. – Івано-Франківськ: ПНУ ім.. В.Стефаника. – С.62- 111.

Питання:

- 1.Як поділяються голоси в сучасній вокальній практиці?
- 2.Конкретизуйте відмінності між методичною характеристикою жіночих і чоловічих голосів.
- 3.Назвіть основні завдання вирівнювання регістрових переходів у діапазоні голосу співака;
- 4.В чому полягає вольовий чинник у співі?

Лекція 3 (магістри)

Тема: Основні вокальні жанри в сучасній музичній культурі та їх методична характеристика

Мета: обґрунтувати основні вокальні жанри з точки зору сучасних вимог, які ставляться до професійного співацького мистецтва у всіх їх різновидностях.

Вступ. Жанрові різновиди у співі свідчать про те, що спів має надзвичайно широке коло виконавських можливостей, які вказують не тільки на «модні віяння» конкретного часу, а й їх творче переосмислення як у віковому цензі, так і технічних пошуках нових тенденцій і напрямків, що надзвичайно збагачує саму структуру звукоутворення.

План:

- 1.Естрадний спів у вокальній практиці;
- 2.Народний спів як різновид сучасного співацького мистецтва;

3. Камерний жанр у вокальному виконавстві;

Зміст лекції 3

1. Естрадний спів у вокальній практиці.

Якщо академічний спів об'єднує собою всі показники бездоганного голосотворення як комплексну систему удосконалення музично-вокальних здібностей, то естрадний спів, як його жанрова різновидність з дещо «спрощеною» схемою виконавської техніки, тримає першість популярності і масовості, що, водночас, створює свої перешкоди і проблеми виконавцям у подоланні багатьох, часто несподіваних (через брак освіти, конкретних знань про співацьку культуру, перебільшену віру, або її відсутність, у власні можливості, надмірні сподівання і розчарування тощо), бар'єрів і «гальм».

Тому, естрадний спів, як найпопулярніший виразник сучасної масової культури, вимагає чіткого аналізу основних параметрів творчого підходу до *вирішення не тільки вокально-технічних завдань, а й, насамперед, інтелектуальної культури* виконавців різного ґатунку. *Естрадний спів* - найбільш багатоліке і різнохарактерне мистецтво. На його сценічних підмостках зустрічаються і академічні співаки, і мега популярні зірки естради, і автори-виконавці, і різного роду «шептуни»- наслідувачі (В.Прокоп'єв), що вміло використовують свій досить слабкий голос для задоволення своїх амбіцій, (до таких належать співаки без елементарної музичної освіти та сценічної культури, «попсовий» репертуар яких заповнює душі малограмотної публіки, здебільшого, підліткового віку). За допомогою синтезаторів з голосу співака можна «виліпити» будь-якого виконавця, проте, наповнити його спів глибиною змісту і душевністю ще не навчилася жодна, навіть, надсучасна техніка.

За вокальними даними та технікою виконання естрадних співаків важко класифікувати, оскільки, їхній успіх визначається не силою голосу, а *культурою і зворушливістю виконання*, що може опанувати лише талановита людина і справжній майстер своєї справи.

Дихання, як більш стародавня і провідна система в організмі людини, переважає над нервовою, тому, саме цим, напевно, пояснюється те, що естрадні співаки не уміють (або не вважають за потрібне) керувати своєю емоційною сферою і часто намагаються подолати проблеми, пов'язані з диханням, гортанним сфінктером (т.зв. «спів на горлі»), що робить звучання плоским і безтембровим та крикливим. Ця, наближена до народної, манера співу дозволяє співакові долати певні сценічні труднощі, але не сприяє формуванню високих естетичних критеріїв виконавської техніки. Вокальними характеристиками такого співака неодмінно повинен керувати оператор, бо без нього він ризикує «потонути» в оглушливому каскаді фонограми.

Духовно обдаровані співаки застосовують інші ефективні засоби – опановують високу позицію звучання, відшукують технічні прийоми, які дозволяють їм звільнитися від напруги і покращувати тембральні та виконавські якості голосу, розширювати діапазон і збагачувати свої вокально-художні можливості. Такі співаки, як показує практика, використовують, здебільшого, т.зв. *напівприкриту манеру* голосоведення (особливо, чоловічі голоси), хоча локалізація звучання у них, переважно, відбувається на рівні гортані, без участі повноцінного грудного резонування (середня сила звучання дозволяє використовувати цю манеру без особливої шкоди для голосової системи).

Досить ефективним в естрадному співі є і метод т.зв. *аспірації*, який характеризується тим, що в процесі виконання співак зберігає *фізіологічне відчуття вдихання* (щось на кшталт т.зв. парадоксального дихання оперних співаків). Звучання в такій техніці, при середній силі звучання, здійснюється недозімкнутими голосовими зв'язками (тобто, мікстом, медіумом - на відміну від оперних співаків), при максимально розширеній гортані, що й надає звукові ємкість і еластичність, але чистота і якість інтонування повністю залежатиме від *бездоганного музичного слуху та уміння співака керувати збалансованим диханням*.

У молодих співаків-початківців, (хлопців до 18 років, в т.зв. перехідний, мутаційний період), труднощі, найчастіше, пов'язані зі слабким тонусом гортані через недорозвиненість голосового апарата, тому, в міру формування його, а, зокрема, гортанного сфінктера, коли поступово збільшуються розміри щитовидного і персневидного хрящів гортані (між ними іноді наростає ще один, що «розсуває» їх), появляються і нові вокальні якості, гортань стає еластичнішою та «слухняною». В молодих співаків фоніатри часто ще фіксують наявність недорозвиненої під'язикової кістки, яка, гіпертрофуючись в процесі росту хрящів гортані, допомагає співакові поступово понижувати і стабілізувати гортань, а збільшення водночас м'язової маси шиї сприяє покращенню і вокальної техніки загалом. Часто ріст нових м'язових волокон і хрящових тканин супроводжується відчуттями деякого дискомфорту і незручностей в ділянці горла, що не повинно викликати тривогу і ставати на перешкоді вокальним заняттям (без перевантаження, зокрема крайніх нот діапазону, до першої втоми).

В цьому відношенні голоси дівчаток (в естрадному співі), як більш гнучкі і адаптивні від природи, легше пристосовуються до фізіологічних змін голосотвірної системи, що дозволяє їм досить ефективно працювати в цій галузі в різний період дозрівання організму. Спеціалісти вважають, що цьому сприяє властиве для жіночих голосів природне переважання *артикуляційної техніки голосоведення*(т.зв. *імпедансування ротоглотки, з переважанням головного резонування*) на відміну від чоловіків, для яких більш характерним є чинник *грудної резонації голосу*.

2. Народний спів як різновид сучасного співацького мистецтва.

Спів т.зв. народною манерою голосотворення здійснюється обмеженою кількістю навчальних закладів, оскільки побутує переконання, що техніка народного співу не має узагальненого зразка, яким можна було б скористатися для навчання – це *природній компонент звукоутворення*. Народний спів, як автентична матриця ментальності культури кожного

народу, має надто багато різновидів та регіонально-побутових особливостей звуковидобування і тому опанувати його в структурі масового навчання, на думку спеціалістів не тільки не варто, а й недоцільно, щоб не порушити цей унікальний пласт народного мистецтва і в майбутньому не втратити його специфіки. Автентичний (селянський) стиль співу має низку регіональних відмінностей, сформованих специфікою місцевих діалектів (говорів), пов'язаних з формантною структурою мовлення (глибиною тембральних фарб голосу чи, навпаки, близькістю вимови, т.зв. передньопозиційним укладом звуків, середньопозиційним, чи задньопозиційним тощо).

Зрештою, в чинних народних хорових капелах цей аспект вирішується спеціалістами-фольклористами і етнографами (які найчастіше і є їх керівниками), які методом пошуків народних співаків в різних регіонах краю, відбирають потрібний «музичний матеріал» (як серед дорослих, так і дітей), для укомплектування вокальних колективів, різних за формою, стилем звучання та співацькими традиціями. Порівняймо, хоча б звучання народних колективів: з Черкащини, Бойківщини, Лемківщини, Волині, Гуцульщини, Закарпаття, Буковини тощо, різномаїття співацької манери яких не має аналогів не тільки серед інших регіонів України, а й в цілому світі.

Регіональні відмінності місцевих говорів (т.зв. діалекту, зони концентрації мовних звукоутворень) впливають і на специфіку співацької манери. Так у лісостеповій та степовій зонах України характерне глибоке грудне темброве звучання голосу (т.зв. задньопозиційне), тому для Черкащини (і східних областей) характерний міцний звук та грудний глибокий тембр. Для Галичини і Поділля притаманний більш світлий і «близький» говір (діалект), що у співі надає більш близької (середньопозиційної) манери звукоутворення і більш світлого (наближеного до зубів) характеру звучання голосу з поєднанням грудного і головного (фальцетного) голосоведення. Водночас, Подністров'я, східне Поділля, частина Закарпаття вирізняються т.зв. передньопозиційною специфікою звукоутворення («на зубах») з посиленою артикуляцією, що надає звучанню голосу яскраво вираженого головного

(фальцетного) регістру. Крім того, існує і ряд перехідних варіантів регіональних виконавських стилів, зокрема: карпатський (гуцульський, підгірський, закарпатський), галицький (Львівщина, Івано-Франківщина), лемківський (карпато-бескидський), поліський (волинський, житомирсько-київський, чернігівський), степовий, подільський, наддністрянський та ін.

В наукових і музичних колах феномен народного співу дискутується через призму *синтезу академічної і народної манери голосотворення*, де академічний спів, як зразок досконалості естетичного вираження всієї гами людських емоцій, здатний не тільки розвинути загальну музичну культуру виконавців, а й сформувавати основний «кістяк» звукотвірної системи кожного з них.

Основні відмінності між академічною і народною манерою голосотворення стосуються:

- *скороченого діапазону голосу* (октава у жінок і нонадецима – у чоловіків), обмеженого його центральною ділянкою (грудним регістром). Надзвичайно чисте, зазвичай, інтонування народних виконавців, пов'язане, насамперед, з природною координацією звукотвірних органів, які працюють в звично-побутовому режимі. Перехід у вищий регістр супроводжується головним «неприкритим» (т.зв. «білим», без вібрато) звучанням, що знижує естетичну цінність співу (а тому, здебільшого, потребує, водночас, кваліфікованої підготовки для опанування т.зв. **змішаної техніки** звукоутворення, яка б дозволила оволодіти перехідними звуками регістру голосу);

- *функціонального синтезу мовлення і співу*, як генетичного «оберега» національних традицій рідної мови, якою володіє співак, відтворюючи його в художньому виконанні;

- *розмаїття фонетичних особливостей мовлення* в різних регіонах країни («шокання» на Одещині, «гакання» на Донеччині, «лемкання» в Закарпатті, «сякання» в Галичині, «йокання» гуцулів тощо), формують різний уклад мовних органів і, відповідно, різну манеру голосотворення, яка

пов'язана з більш відкритою чи, навпаки, прикритою формою ротової порожнини, збільшеною чи зменшеною ємкістю гортані і роботою м'якого піднебіння тощо.

Все це вкупі створює неповторну палітру голосових можливостей народного співака, що в технічному плані повністю відповідає *змішаній, напівприкритій техніці* утворення перехідних звуків (згідно академічної манери звукоутворення), яка дозволяє значно розширити діапазон голосу, покращити тембральні якості, збагатити резонаційні можливості ротоглотки). Така техніка вимагає уміння керувати диханням і акустикою голосу для збереження чистоти інтонування, (а, отже, потребує спеціального навчання). В *змішаній* манері напівприкритого грудного звукоутворення немає достатньої легкості співу у верхньому регістрі голосу, що й пояснює необхідність *зміни режиму фонації при переході з відкритого («білого») звучання в грудному регістрі на змішане*, яким співакам не завжди вдається оволодіти грамотно самостійно, без спеціального навчання.

В народному співі т.зв. округлення звука здійснюється *переводом фонації на закрите звукоутворення*, а згодом – на спів складів з голосними «О», «У», «І». При наявності регістрових контрастів голос можна вирівняти і за допомогою співу з закритим ротом (мугикання) та з використанням складів «ЛО», «РО», «НО». А це вимагає від співака зосередженості і уваги та наполегливості у подоланні звукових «бар'єрів», оскільки, трансформація функцій голосотворення відбувається не тільки в голосовому апараті, але й у всьому організмі - мислення дозволяє розвивати інтелектуальний бік вокального процесу, об'єднуючи в єдиний комплекс механізми співу і мовлення – найважливішу якість цієї музично-педагогічної та естрадно-філармонійної спеціалізації.

Як стверджує В.Прокоп'єв, тільки після того, як учень оволодіє умінням добре відтворювати «на слух» співацький тон, чисто інтонувати голосом і чітко артикулювати голосні, можна розвивати наступні вокально-технічні етапи – тембральну однорідність і динаміку – за рахунок правильного

резонування порожнин ротоглотки, чіткої артикуляції та активної роботи бронхіальних м'язів: при цьому живіт дещо ущільнюється, плечі розправляються, задіюються нижні м'язи спини і звільняється щелепа. Звучання голосу бере свій початок в ділянці нижньої діафрагми і «летить» в навколишнє середовище.

Вокально-методичні вказівки стосуються:

1. Співак, який опановує народну манеру голосотворення, повинен музично *грамотно підходити до навчання* - на початковому етапі уникати інших манер співу (в т.ч. і академічної), поки не опанує потрібну техніку звучання голосу;

2. *Навчатися народній манері співу бажано у вокально-хоровому колективі* (а не індивідуально), де можна спілкуватися з досвідченими хористами і переймати стиль виконання та характер звукоутворення;

3. Вивчати техніку народного співу варто в манері *знайомого місцевого діалекту*, спочатку без опрацювання т.зв. «напівприкритого» звукоутворення – насамперед, необхідно опанувати саме відкриту («білим звуком») манеру виконання;

4. Починати навчання необхідно з *позиційно зручних нот в середині діапазону (примарних звуків) і в зручній тональності*. Іноді рекомендується використовувати навіть елементарний крик, як емоційний вигук, на окремих складах, а вже згодом опрацювати конкретний пісенний репертуар;

5. Не допускати вимови голосних в *різній позиції та не блокувати артикуляцію рота жорстким положенням*, яке обмежує дзвінкість звукоутворення. Правильна вимова голосних і приголосних повинна забезпечуватися природним, відомим побутовим стилем, властивим для конкретного співака;

6. *Не намагатися вокалізувати голосні, відокремлено від приголосних і складів*, оскільки такий спосіб створює «штучну» техніку і гальмує свободу артикуляційного апарата. Необхідно *співати музику*, а не звук;

7. *Не нехтувати фольклорним і пародійним співом.* Це сприяє звільненню голосового апарата від скованості, виховує вокальний слух та емоційну виконавську свободу і артистизм у відтворенні художнього образу пісні.

Відомо, що цей метод широко побутував серед оперних співаків минулого, які, спілкуючись між собою, охоче «передражнювали» один одного різними технічними «манерами», пародійними жартами чи дружніми «шаржами», що не заважало їм, однак, в бездоганній техніці відтворювати сценічні образи своїх оперних героїв.

3. Камерний жанр у вокальному виконавстві.

Камерний спів передбачає, передовсім, бездоганну «музикальність» виконавської техніки співака, оскільки вона пов'язана з тонкощами художнього відтворення змісту твору, внутрішнього стану героя, скритого в алегоричній формі музичного тексту і обмеженого рамками солоспіву. Складність виконання полягає і в браку ефективності впливу самого твору на слухацьку аудиторію, чим, зокрема, вирізняється естрадна музика (через шоу-ефекти, музичні «викрутаси», епатажний одяг і поведінку на сцені тощо) і, навіть, оперна практика (завдяки гриму, костюмам, декораціям). Камерний співак обмежений не тільки в рухах, а й позбавлений можливості спілкування з партнерами (як у театральних виставах). Тому, тривалий час перебування на сцені «сам-на-сам» вимагає від співака високого духовного потенціалу і глибокого розуміння самої музики, фізичної витривалості і бездоганної техніки виконання, емоційної ширості і грамотного трактування художнього образу твору – якостей, які характеризують, навіть, не силу звучання голосу, а, насамперед, *культуру співу*.

Важливою проблемою в камерному співі є вібрато голосу (норма – 5-8 кол./сек.), оскільки, голос з малим вібрато обмежує тембральні якості голосу, і, навпаки, перебільшена амплітуда вібрато не дозволяє використовувати тонке нюансування, крім того, надмірний його розмах

негативно впливає на довговічність голосу - приводить до передчасного «старіння» і розбалансовує роботу голосового апарата.

Камерний співак не може обійтися без активної і гнучкої гортані та уміння керувати диханням - чинників, які дозволяють використовувати такі ефекти, як трель, глісандо, портаменто, філірування, маркато та ін. Гортань, як головний представник ЦНС, сприяє реалізації будь-якої моделі, сконструйованої в мозку співака, керуючи підзв'язковим тиском і опором голосових зв'язок (імпедансом) і характеристиками вібрато. Проте, тренування гортані відбувається в тісному взаємозв'язку з іншими органами фонації, причому, *не пасивно*, як в естрадному співі, *а примусово*, як в народному. Тоді всі елементи синтезу вступають в *узгоджений режим роботи*, дозволяючи здійснювати будь-який ступінь прикриття звуку і легко координувати функційні навантаження. Це - особливо важливо, бо без імпедансу на рівні гортані співакові не вдасться розширити репертуарні можливості свого голосу (особливо, в сучасній вокальній літературі, яка наповнена вокальними теситурно-динамічними труднощами, різними звуковими «ефектами»). Безпосередність в співі досягається звитяжною працею, і добрим знанням функцій голосу.

На відміну від оперного співу, камерний не вимагає граничної експресії звука – це, швидше, *інтелектуальний*, аніж фізіологічний спів, що вимагає не тільки технічних якостей, а й чисто людських, в т.ч. дотримання правильного життєвого режиму – певної «присвяти» себе служінню Музі. А це вимагає особливої «гнучкості» репертуарної політики співака і уміння пристосовувати своє виконавське мистецтво до потреб глядацької зали та знаходження потрібного контакту з публікою.

Спів – це безпосереднє спілкування «від серця до серця», тому, інтелект співака тут відіграє чи не найважливішу роль, як основний емоційний регулятор духовної цілісності виконавця. Емоційна сутність людини, за переконаннями В.Прокоп'єва, складається з трьох видів мотивацій:

- *інтуїтивної*,

- інтелектуальної;

- інстинктивної.

Інтуїтивний розум людини керує прогнозуванням майбутнього, тобто, виконує «космологічну програму» Всевишнього: гормони, які виробляються залозами внутрішньої секреції організму працюють над життєво важливими функціями, розвиваючи мислення.

Інтелектуальний розум вирішує соціоетичні проблеми і в міру удосконалення людини дбає про її професійне зростання.

Інстинктивний розум, який керує безумовними рефlekсами, збагачує інтелект щораз новими завданнями, чим пришвидшує вирішення назрілих проблем [63, с.90]. Отже - неможливо виховати співака поза його особистісними якостями, без гармонійного поєднання внутрішніх і фізичних можливостей.

Крім того, високі показники вокального розвитку, як стверджують вчені, залежать від **трьох чинників**:

- *морфологічного*;

- *нейросенсорного*;

- *ендокринного*.

Від них залежить не тільки співацька техніка, але й його професійне амплуа. Проте, якщо *морфологічні* параметри піддаються корекції (зараз, навіть, змінюють стать і роблять різні косметичні операції), то *нейросенсорні і ендокринні* залишаються, практично, незмінними, особливо, у чоловіків. Гіперфункція (надмірна) щитовидної залози, наприклад, полегшує звукоутворення верхніх нот і сприяє розширенню діапазону голосу, і, навпаки, - гіпофункція (слабка) статевих залоз збіднює тембр і зменшує летючість та діапазон голосу.

Висновки. Отже, в залежності від аномальних характеристик нейросенсорного та онтопсихологічного механізмів, (які неможливо передбачити чи спланувати) і залежатимуть творчі можливості співака. Тому, навіть на початковій стадії вокальної майстерності, не варто ігнорувати

глибинами підсвідомого, яка здатна приносити справжню насолоду і творче натхнення.

Література:

1. Прокопьев В.Н. Как стать певцом и сделать карьеру / В.Н.Прокопьев. – СПб: изд-во «Русская графика», 2000. – 176 с. - (С.116-127).

2. Чопра Д. Семь духовных законов успеха / Дивак Чопра. – Пер с англ. Н. Шпет, 2001, 160 с.

3. Чайка В. Мистецтво творити голосом: поради педагога / Володимира Чайка. - Львів: «Місіонер», 2008. – 103 с.

Питання для закріплення знань:

1. Які основні вокальні жанри має сучасна вокальна педагогіка?
2. Як характеризуються різновиди естрадної манери співу?
3. В чому полягає суть народної манери звукоутворення?
4. Які виконавські особливості вирізняють камерний жанр у співі?

Лекція 4 (магістри)

Тема: Особливості вокальної роботи з високими та низькими жіночими і чоловічими голосами в умовах ВНЗ

Мета: розвинути аналітичне мислення в процесі формування педагогічного підходу до розвитку високих голосів, адаптувати вокальну роботу над розвитком голосу до специфіки сприйняття резонаційних зон високими голосами – чоловічими та жіночими.

Вступ. Педагогічна робота поєднує в собі інтелектуальні та духовні якості, які в єдності з теоретичною базою знань про особливості вокальних можливостей того чи іншого учня здатні поступово вивільнити численні «блоки» його фізіолого-психологічних бар'єрів і утисків. Сподівання на те, що учень копіюватиме свого вчителя (це можливе при умові наявності ідентичної гортані у обидвох) є мізерним і без глибокого аналізу процесу голосоутворення прогрес не може бути відчутним. Тому, чималу роль відіграє налагодження взаєморозуміння і довір'я між педагогом і учнем і глибинне

розуміння специфіки звукоутворення за формулою: «співати музику, а не звук». Педагог, наділений інтелектом, чудовим голосом і духовним баченням, вже однією присутністю сприятливо впливає на учня, оскільки, голос духовно багатих співаків завжди насичений обертонами, густотою тембру і є, так чи інакше, головним чинником впливу на свідомість початківця.

План:

- 1.Методика роботи з високими жіночими голосами;
- 2.Методика роботи з чоловічими високими голосами;
- 3.Специфіка роботи з низькими жіночими голосами;
- 4.Особливості вокальної роботи з низькими чоловічими голосами;

Зміст лекції 4

1.Методика роботи з високими жіночими голосами.

Успішну роботу з високими жіночими голосами характеризують три основні чинники:

- наявність теоретичної бази знань, яка б стосувалася особливостей роботи голосового апарата співачки;
- наявність психофізіологічної сумісності педагога і учениці і їх взаєморозуміння;
- наявність конкретної методики розвитку голосу співачки (вокальні вправи – різноманітні, рухливі, короткі і довгі, усвідомлення технічних завдань);

На перше місце в роботі над голосом виступає технічна сторона, зокрема, правильне розуміння т.зв. «вертикальності» звучання голосу на всьому діапазоні. Саме таке розуміння дозволяє в роботі з високими голосами (колоратурне сопрано, ліричне сопрано, лірико-колоратурне, лірико-драматичне сопрано, драматичне сопрано) якнайшвидше досягнути бажаного

результату, пов'язаного з реєстровими переходами, тембром, нюансуванням і динамікою звукоутворення в т.ч. у високому реєстрі.

В роботі з високими голосами варто звертати увагу (на думку В.Прокоп'єва), навіть, на носіння співачками золотих та срібних прикрас і діамантів, які можуть не тільки блокувати центри емоційності (т.зв. тонкі механізми сприйняття), а то й енергетично спустошувати організм. До цього треба ставитись особливо уважно.

У жінок з високими голосами краще спрацьовує механізм т.зв. «резонування голосу», коли співачка досить чітко відчуває резонаційні порожнини рота і голови, добре їх контролює і може через процес яскравості резонування виправити недоліки звучання голосу, зокрема, форсування, глухий тембр тощо. Відчуття яскравості звука дозволяє співачці віднайти потрібні тембральні фарби голосу, відчуті насиченість вібрато в голосі і удосконалити дикційні навички та виразність фразування.

Навчитися співати – це, насамперед, навчитися гармонізувати своє тіло і душу. А гармонія душі починається з фізичних вправ, які рекомендовані всім початкуючим співакам-виконавцям (за В.Прокоп'євим).

Вправа 1. Спокійний біг – зимою в квартирі, можна на місці, високо піднімаючи коліна, літом – на вулиці, в парку, на природі. Дихання глибоке і розмірене з рухами рук (10-15 хв.).

Вправа 2. Віджимання руками від дивана чи підлоги. Тулуб тримати рівно. Дихання рівномірне (15-20 разів).

Вправа 3. Присідання на обидвох ногах. Основна стійка: ноги на ширині ступні, пальці і п'яти паралельно, спина пряма, руки розведені в боки на рівні плечей, долонями вгору. Присідати 15-20 разів, зводячи руки разом вгору (плескаючи) і розводячи їх в боки при випрямленні тулуба у вихідну позицію.

Вправа 4. Вихідне положення: стояти прямо, ноги на ширині плечей, руки витягнені паралельно вгору долонями всередину. Спокійно нахилитися, не згинаючи коліна і тримаючи руки прямо. Дістати пальцями рук підлогу і спокійно випрямитися, зводячи долоні разом над головою, і, згинаючи коліна,

прогнутися назад. Зафіксувати цю позу на кілька секунд і прослідкувати за диханням – воно йде в низ живота і розсуває нижні ребра. Після цього випрямитися і руки опустити на пояс великими пальцями назад, а вказівними вперед, відчуваючи ребра. Спокійно зробити три вдихання, фіксуючи увагу на розширенні нижніх ребер. Стати у вихідне положення. Повторити вправу тричі.

Вправа 5. Стати прямо, ноги на ширині плечей, руки на поясі, пальцями відчувати нижні ребра. Нахилитися вліво, закидаючи праву руку через голову, а ліву тримати на поясі. Зафіксувати позу, дихати спокійно в низ живота: порахувавши до чотирьох – вдихання, до чотирьох – видих, до чотирьох – пауза. Стати у вихідне положення, зробити чотири рівних вдихання і видихання, після чого – у правий бік. Коли дихання стабілізувалось – не повторювати вправу.

Вправа 6. Пряма стійка, ноги – ширше плечей. Нахилитися вперед – ліворуч – назад – праворуч – вперед – випрямитися. Це ж повторити в іншу сторону – по чотири рази, слідкуючи за рівністю дихання.

Вправа 7. В прямій стійці, руки на поясі, ноги на ширині плечей, робити кругові повороти головою, як у попередній вправі. В кожен бік – по чотири рази і випрямитися. Заспокоїти і розслабити дихання, слідкуючи, як організм насичується енергією.

Вправа 8. Вихідне положення як і в попередній вправі. Робити різкі повороти голови: праворуч – вперед – ліворуч – вперед, фіксуючи положення голови після кожного руху. Коли голова крутиться – зупинити вправу.

Вправа 9. Пряма стійка. Лівою рукою торкнутися лівої щоки і максимально відкрити рот (відкинути щелепу вниз). Нащупати пальцем ямочку і закрити рот. Знову відкрити і закрити рот, відчуваючи свободу щелепи. (10-20 разів).

Вправа 10. Вихідне положення те ж. Знайти на шиї лівою рукою адамове яблуко (кадик) і опустити максимально гортань, фіксуючи опускання хряща. Робити опускання гортані з одночасним відкриття щелепи 20 разів,

піднімаючи водночас в роті піднебінну дужку. Можна позіхнути. Зафіксувати відчуття зівка з легким звуком (мичання), «смакуючи» це відчуття. Повторити 5 разів. Ці вправи дозволяють підготувати організм до вокальної роботи і стабілізувати дихання для співу.

2.Методика роботи з чоловічими високими голосами.

Найважливішою умовою роботи над голосом була і залишається свобода організму виконавця, яка дозволяє скрити «вокальну кухню» педагогічних зусиль на заняттях. Вона асоціюється з телеологією, яку, загалом, можна ототожнити з редуktivністю поведінки, а в професійному розумінні – зі стереотипом вищої категорії, коли динамічна система працює в режимі саморегуляції за будь-якого ступеня складності завдань. В оперній практиці чинник звільнення носить епізодичний характер, який залежить, в основному, від т.зв. імпедансу, крізь призму якого можна розглядати і саморегуляцію функцій під час співу.

Стереотип у кожного студента чи учня виробляється індивідуально і неповторно. Все залежить від мислення студента і його ставлення до співу. В технологічному аспекті при вихованні тенорів основний акцент ставиться на вироблення позиції звучання голосу, тобто, на локалізацію відчуттів. При цьому координація рухових (моторних) відчуттів складає важливу проблему, оскільки, внутрішні ідеомоторні відчуття можуть не співпадати із зовнішніми акустичними через, наприклад, невдалу морфологію гортані чи браком відповідної акустики приміщення. Внутрішні органічні проблеми краще вирішувати в ідеальних акустичних умовах, щоб не травмувати себе сукупністю творчих завдань. Для озвучення головних резонаторів на початках В.Прокоп'єв радить використовувати такий прийом. При співі на одній ноті в середині діапазону варто прикласти до вуха долоню і зауважити, як змінюється резонація звука в голові. Згодом рука забирається, а резонаційне звучання повинно зберегтись. Спочатку це вдаватиметься досить складно, але, згодом, щораз краще. Важливо – наповнити голову звуком і зберегти це

звучання «в масці». Варто використовувати вправи на одній ноті з використанням різних фонем, зокрема, йотованих, що переходять в голосні (Я-А, ЙО-О, Є-Е, Ю-У, Ї-І, ЙИ-И). Головне – зберегти незмінними звуковисотні та темброві характеристики звука на всіх голосних. Потім проспівати ці ж ноти на сусідніх звуках, залишаючи їх звучання незмінними. Згодом те ж саме проспівати кілька разів на трьох сусідніх звуках, слідкуючи за відкриттям глотки (ковтального горла) без напруження, щоб всі ноти звучали в тому ж місці, що й перша. Після цього проспівати п'ять сусідніх звуків в гамі вверх і в міру збільшення висоти тону опускати гортань, регулюючи рівність звуковедення. В.Прокоп'єв переконаний, що в межах тижня, по три години в день, таке тренування стабілізує гортань, ставить її «на місце» в співі. Засвоївши цей метод в межах натурального регістру (у тенорів – від «МІ - малої» до «МІ-першої октави»), можна переходити до опрацювання високого регістру.

Для опанування верхнього регістру необхідно мати хороший слух і міцну гортань. В. Прокоп'єв рекомендує опрацювати ноти вище «мі-першої», прикриваючи звучання за допомогою опускання гортані і збільшення об'єму ротоглотки (внутрішня «скрита» посмішка). Особливу увагу необхідно приділити т.зв. перехідним звукам: «МІ», «ФА», і «ФА-дієз» - їх треба прикривати обов'язково! В міру опанування верхнього регістру відчуття резонування (точка фокусування звука) переноситься з твердого піднебіння на м'яке, а на крайніх верхніх нотах резонування відчуватиметься в тім'ї. Так без ускладнень, але наполегливо, за рік, можна освоїти крайні верхні ноти, без форсування дихання, поступово, за слухом, відшукуючи «резонаційний пік». Це називається «вертикаллю звука», коли всі ноти діапазону, ніби ртуть в термометрі, перебувають в єдиній «трубці» і слух будь-яку з них озвучує за допомогою ограніки. Не варто одразу драматизувати чи пришвидшувати «дозрівання» гортані, бо природа має свої закони простору і часу. Поступово в голові відчуватиметься резонаційних купол – цей «ментально-акустичний феномен». Навчившись співати мецо-форте, можна покращити тембр і

динаміку звука через підключення додаткових резонаційних зон ротоглотки і грудей. Це краще виховувати на старовинній класиці. Є від природи легкі голоси, які не варто штучно «драматизувати», бо вони користуються т.зв. «високою гортанню», що використовують високу позицію звукоутворення. Інша справа, коли співак володіє міцним тілом і такою ж гортанню.

3. Специфіка роботи з низькими жіночими голосами.

Все, що стосується високих голосів є важливим і для низьких, до яких належать мецо-сопрано і контральто. При роботі з низькими голосами найважливішими є три завдання:

- Вирівнювання реєстрових контрастів;
- Оволодіння імпедансом;
- Досягнення синтезу слова і музики.

Грудне резонування у контральто досягається *активністю тонусу грудей і живота, імпедансуванням гортані і збільшення об'єму мовного тракту*, при цьому термін «імпеданс гортані» для жінок і чоловіків має певні відмінності. Щодо жіночих голосів, то він спрямовує увагу на гіперфункцію не хряща гортані, як у чоловіків, а м'язово-сухожильного, головним чином, грудино-під'язичного і лопатково-під'язичного м'язів, які збільшують об'єм глотки. Оскільки чистота інтонування залежить від експресії дихання і слуху, а висока позиція обумовлена опорою звука і резонансною активністю носової порожнини, то виразність вокального мовлення напряму залежить від імпедансу грудочеревних м'язів, нейродинаміки органів мовлення і психодинаміки процесу загалом. Якщо організм високих сопрано неохоче сприймає фізичне втручання в саморегулювання процесу співу, то мецо-сопрано і контральто часто потребують акцентування уваги на тілесних відчуттях співачки. В поняття «імпедансування гортані» для високих голосів асоціюється з поняттям укладання гортані в найзручніше для співу положення, а саме явище імпедансу слабо локалізується у відчуттях, спів виникає в комплексному відчутті загального комфорту.

Для мецо-сопрано функціональне бачення конкретних відчуттів є більш природними і чуття тіла у них можуть виокремлюватися в процесі впливу на ту чи іншу вокально-дихальну функцію. Вони досить виразно відчувають роботу м'язів тіла, спини, гортані, проте, часто виникають проблеми дикційної виразності. Проблемі синтезу слова і музики у вокалі відводиться першочергове значення, оскільки це зумовлюється роботою різних рівнів психодинаміки, звуковисотним моделюванням, а також, фізичними труднощами оперного жанру. Зміщення хвилею видихання центру артикуляції на вищий рівень приводить до певного спотворення голосних і приголосних як за їх частотою, так і за амплітудою. Для досягнення оптимальності процесу співу спочатку потрібно настроїти голос в резонанс з власною частотою тракту на зручну для співачки голосну, а відтак, опрацювати знайдену позицію на різних голосних на одному і тому ж тоні з метою створення ефекту авторегулювання рухів діафрагми в залежності від зміни тиску в мовному тракті, зумовлених тою чи іншою голосною. Згодом з'єднуються в кантилену кілька сусідніх звуків в одну послідовність на одній голосній з наступним чергуванням кількох голосних і тонів. Тільки після досягнення стійкості характеристик звуку за тембральними, формантними, частотними і амплітудними показниками можна переходити до поєднання голосних і приголосних. Приголосні повинні вимовлятися дуже коротко (вибухово), щоб не спотворювалася голосна фонема. Для цього співачка повинна зафіксувати для себе відчуття і роботу гортані, оскільки, позиції голосних і приголосних чітко локалізуються: голосні в ротоглотці (гортані), а приголосні – на губах.

Процес згладжування складів зумовлений: а) активністю дихання; б) активністю артикуляційного апарату; в) наявністю аспірації, котра в оперному співі без імпедансу на рівні всього тулуба співачки практично нездійсненна. Значить, розбірливість вокального мовлення і ККД процесу перебувають в прямій залежності від імпедансу, який перетворює голос у музичний інструмент.

4. Особливості вокальної роботи з низькими чоловічими голосами.

При роботі з низькими чоловічими голосами (басами і баритонами) найбільш проблемним є регістрові контрасти і крайні звуки діапазону, тому основна увага звертається на вібраційну чуттєвість і вироблення імпедансу

Для баритонів, яке і для мецо-сопрано, вирівнювання регістрів – головна складність, і зумовлена вона проміжним характером цих голосів. Ліричні баритони притримуються високої позиції, ідентичної з тенорами, а драматичні – низької, ідентичної з басами. Отже, для ліричних баритонів найзручнішим буде метод примарного тону, коли зберігається однорідність і монолітність тембру, а для драматичних – метод оптимального використання резонансу тракту і резонансу грудей. Звучання середніх нот діапазону здійснюється без зусиль, звук утворюється ніби «на губах» (інструментально), а вібраційні відчуття концентруються в масці обличчя. Навантаження зі зв'язок знімається, бо головну роль тут відіграє психодинаміка. При переході до верхнього регістру експресія думки збільшується прямо пропорційно висоті тону, а дихання при цьому виконує роль вторинного механізму – воно обслуговує запити психодинаміки. Спів нижніх нот діапазону здійснюється в тому ж режимі, тільки з більш інтенсивним резонуванням грудей і чіткістю вимови голосних. Такий інструментальний спів сприяє збереженню на всьому діапазоні високої співочої форманти і однорідності тембру. Такий тон називається інструментальним тому, що голос звучить як послухний інструмент, керований всіма рівнями регуляції.

Вартує уваги те, що в методичному плані підрозділи баритонів і тенорів на ліричні і драматичні мають досить умовний характер, оскільки, функціональні зв'язки у них є абсолютно ідентичними, а теситурні складнощі зумовлені лише фізичними параметрами співаків. У драматичних баритонів все залежатиме від уміння використовувати імпеданс, тому легкість взяття високих нот діапазону залежатиме від слухових показників (уміння моделювати потрібний тон внутрішнім слухом), а у ліричних – від уміння

утримувати увесь спектр звуків у високій співацькій позиції та уміння піднімати м'яке піднебіння (піднебінну дужку). До речі, сучасні наукові дані засвідчують, що функцію м'якого піднебіння необхідно розглядати як одну з основних у співі: підняття піднебінної дужки м'якого піднебіння стимулює опускання гортані в найзручніше для співу положення і позитивно впливає на рухливість діафрагми і нижньої щелепи.

У співі басів і драматичних баритонів переважає грудне резонування і при наявності могутніх грудей і низької гортані проблеми зводяться до працелюбності і музикальності самого виконавця, але, коли груди впалі і висока гортань, то завдання ускладнюються. Спеціалісти вважають, що ідеальним тестом в цьому випадку є фонема «У», якщо співак її вимовляє досить вільно, то зручніше будувати методіку опрацювання голосу саме на цьому звуці. Ця фонема вважається універсальним інтегратором дихальної, артикуляційної і резонаційної систем, блокуючи тенденцію до підняття гортані і форсування звука загалом.

Висока позиція звучання голосу для баса з високою гортанню, на першому етапі характеризується інструментальністю тону, згодом додається імпеданс на рівні носової порожнини з одночасним озвучуванням грудей. Після озвучення верхніх і нижніх резонаторів вокальні відчуття найкраще відпрацьовуються на народних протяжних піснях і, тільки, коли позиція стане досить стійкою, педагоги-практики радять виконання зручних за теситурою і динамікою арій. Через два-три роки органічні зв'язки набудуть характеру системності, а вокальна техніка дозволить виконувати солідні твори. Локалізуванню відчуттів у межах обличчя (інструментальний спів) є своєрідним рятівним кругом, який допомагає подолати початкові ознаки неорганізованого дихання і млявий тонус гортані.

Сучасна вокальна музика вимагає обов'язкового імпедансування гортані, через що спів щораз більше диференціюється з мовленням і термін «вокальне мовлення» найбільш адекватно виражає суть функційних проблем сучасної вокальної творчості.

Висновки. Отже, такий стан речей заставляє молодих виконавців критично дивитися в майбутнє творче життя і готуватися до випробувань в екстремальних умовах сценічної практики, яка за своєю стресовою природою уступає хіба що лише водійській професії.

Література:

1. Прокопьев В.Н. Как стать певцом и сделать карьеру / В.Н.Прокопьев. – СПб.:»Русская графика», 2000. – 176 с.
2. Микиша М. Практичні основи вокального мистецтва / М.В.Микиша. – К.: Музична Україна, 1985. Част.ІІ. С.51-80.
3. Голубев В.П. Поради молодим педагогам-вокалістам / В.П.Голубев. – К.: Музична Україна, 1983. – 62 с.

Питання:

1. Чим відрізняється високий жіночий голос сопрано від низького мецо-сопрано та контральто?
2. Які характеристики відрізняють високі та низькі чоловічі голоси?
3. Які відчуття характерні для низьких голосів?
4. В чому полягає імпедансування гортані в співі?
5. В чому полягають особливості вокальної роботи з високими (чоловічими, жіночими) голосами?
6. В чому полягає специфіка вокальної роботи з низькими (жіночими, чоловічими) голосами.

Лекція 5

Тема: Креативний підхід до формування техніки співу у сучасній методиці педагогів-новаторів

Мета: Ознайомити майбутніх вокалістів з інноваційними напрямками роботи з голосом у сучасній практиці виховання співацької культури

Вступ. Розвиток вокальної культури завжди відповідає вимогам епохи, в

якій вона побутує. В сучасних умовах розвитку популярності масового співацького мистецтва зростає необхідність формування різних методик розвитку голосу в різновікових категоріях виконавців, які б з однаковим успіхом могли долати ази вокального мистецтва і ефективно використовували вокально-технічні можливості свого голосу.

План:

1. Психофізіологічна регуляція звукоутворення у методиках Н.Гонтаренко, В.Прокоп'єва, В.Ємельянова, В.Юшманова, П.Тютюнника;
2. Практика використання креативних методик у вокальній роботі з голосом;

Література:

1. Гонтаренко Н. Сольное пение. Секреты вокального мастерства./ Ростов-на-Дону, 2000. – 156 с.;
2. Стасько Г. Психотехніка співу у вокальній педагогіці./ Ів-Франківськ, 2011. – 176 с.;
3. Юшманов В. «Вокальная техника и ее парадоксы»/ С-Пб: «ДЕАН», 2001. – 128 с.;
4. Прокопьев В. Как стать певцом и сделать карьеру./С-Пб: «Русская графика, 2000 . Глава 9. С.- 99-115;
5. В.Ємельянов. Развитие голоса. Координация и тренинг. – С-Пб.: «Лань», 1997.- 192 с.
6. В.Багрунов. Азбука владения голосом - С-Пб.: «Композитор», 2010. – Часть третья. – С.153-220.
7. Тютюнник П. Приречені на щастя./ П.Тютюнник. – К.: ПАТ «ВІПОЛ», 2015. – 160 с.

Зміст лекції 5

**1. Психофізична регуляція звукоутворення у методиках
Н.Гонтаренко, В.Прокоп'єва, В.Ємельянова, Ф.Іванникова, В.Багрунова**

П.Тютюнника.

Нетрадиційний підхід до вокального навчання цілої низки сучасних педагогів пов'язане насамперед з т.зв. «універсальністю» природи співу і їх широким спектром впливу на організм людини. В основі сучасних методик роботи з голосом лежить поняття «звільнення» голосу від будь-яких гальм, напруження, скутості тощо. Саме це на думку більшості педагогів, фоніатрів, фізіологів викликає наявність проблем у співацькій діяльності (і не тільки у професійних співаків). Сучасна методика різних педагогів-практиків спрямована на розширення можливостей голосотвірної системи через усвідомлення причин скованості та послідовне їх вивільнення. Найуспішнішими методами звільнення голосу людини є правильна *алгоритмізація навчального процесу*, зосередження уваги на на відчуттях та їх поступова активізація. Книга американського педагога Крістін Лінклейтер так і називається «Звільнення голосу», основна увага в якій привертається на формування правильної м'язово-нервової діяльності організму співаючого, свідоме керівництво своїм тілом. У *Н.Гонтаренко* (у книзі «Сольний спів. Секрети вокальної майстерності») основна увага спрямована на розвиток внутрішніх відчуттів свободи (в роботі артикуляційного апарата, хребта, м'язових, вібраційних, резонаційних та фонетичних відчуттів), на активізацію асоціативної природи голосу людини.

Методика названих авторів ґрунтується на психотехніці процесу голосоведення, в якій нормативні чинники вокального мовлення пов'язані з енергетичною природою внутрішніх відчуттів, НЛП (нейролінгвістичним програмуванням) цієї природи. Енергетичний захист голосових складок тісно пов'язаний з емоційною сферою і самоконтролем співака (В.Юшманов), який доповнюється концептуально-сугестивною методикою *В.Прокоп'єва*. В цій методиці спів розглядається як «реструктурна» робота організму на клітинному рівні. Психічна регуляція вокального мовлення вивчається як духовне ядро співацького процесу. Для цього автор (В. Прокоп'єв) визначає сім енергетичних рівнів свідомості, диференціює мислення і емоції,

конкретизує форму колективної творчості у співі (вокально-хорова робота з школярами), а також досліджує біомеханіку співацького тону в інтеграції двох взаємопов'язаних механізмів: нейроронаксіного і міоеластичного.

Вивчення досвіду вокальних педагогів-новаторів – це процес формування аналітичного мислення майбутнього педагога-вокаліста, здатного активно впроваджувати ефективні методи у практику виховання співака-виконавця.

Важливий аспект опрацювання студентами методики педагогів-новаторів полягає в їх умінні зробити грамотний порівняльний аналіз традиційного підходу до вокального навчання і інноваційної практики, яка завжди має свої особливості. Так, методика *В.Ємельянова* передбачає широкий спектр т.зв. «координаційно-тренувального розвитку голосових можливостей» співака-початківця, який базується на т.зв. «фонопедичному методі розвитку голосу» (ФМРГ). Його методика вміщає ряд **«заборон»** для розвитку регістрів голосу у дітей та чоловіків. Ці заборони стосуються шкідливості використання грудного (не фальцетного) регістру (режиму роботи гортані) в першій октаві дитячих і жіночих голосів, власне кажучи, вище «Мі-Фа» першої октави. На думку *В.Ємельянова*, не можна:

- дозволяти дітям і жінкам співати і учити їх співати грудним регістром в першій октаві;

Чоловіків це теж стосується, але з певними уточненнями. Для чоловіків співати у першій октаві можна лише за умови використання т.зв. «захисних механізмів», тобто, прикриття, яке і складає суть академічної манери голосоутворення. В первозданному голосі чоловіків «натуральний», або «відкритий» голос у першій октаві залежить від типу голосу і його перспективних можливостей. Низький чоловічий голос не буде йти в першу октаву – йому це даватиметься важко і незручно. Такий голос звучатиме важко і крикливо, тому вони рідко використовують навіть «Мі» першої октави (без прикриття), хіба що для вираження особливих емоцій (жаху, афекту тощо);

- принципова заборона використання грудного регістру дитячого і

жіночого голосу вище «Мі-бемоль» першої октави;

- принципова заборона використання мовленнєвої форми голосних «Мі-бемоль» другої октави. Це вимагає використання переходу на «маскувальну» артикуляцію на базі нейтральної голосної;

- принципова заборона використання натурального звучання (відкритого грудного голосу) і чистих мовленнєвих, як основних, вище «Сі» малої октави – для баса, «Ре» першої октави – для баритона, «Фа» першої октави – для тенора.

Практика *Ф.Іванникова* приділяє значну увагу алгоритмічній структурі навчального процесу, спрямованого на «звільнення» голосотвірної системи співаючого від зайвої напруги і скованості та формування природної невимушеності співу. Створення тої чи іншої методики, спрямованої на розвиток природних якостей голосотворення сприяє активізації ефективного функціонування голосотвірної системи для всіх видів діяльності людини.

Методичні вказівки *В.Багрунова* пов'язані з т. зв. «феноменом Шаляпіна», названим вченими «біоакустичним резонансом», який полягає в трьох «секретах»: *анатомічній складовій голосу людини; малому диханні (згідно теорії класичного бельканто); інтонаційній (психічній) природі керівництва звукоутворенням.*

Практична діяльність *П.Тютюнника* пов'язана з використанням емоційно-настроевого сприйняття процесу голосотворення через формування відповідного розуміння звукової природи голосу і високої духовної культури виконавця.

2. Практика використання креативних методик у вокальній роботі.

А) методика Н.Гонтаренко;

Вимоги, які ставляться до сучасного педагога-вокаліста значно розширили коло питань, що стосуються його професійної діяльності, оскільки особистість співака вже не може обмежуватися технічно-виконавськими завданнями, а передбачає становлення насамперед його духовно-фізичної

цілісності, як сукупного компоненту співацької діяльності загалом. А це вимагає набуття певних *якостей*:

«САМОУСВІДОМЛЕННЯ себе як унікальної особистості»

Виявлення в кожному з учнів найкращих фізичних і людських якостей (творчий мікроклімат у вокальному класі повинен спиратися на: активне спілкування, співбесіди, довіру, доброзичливість). Неординарні прояви учня і наявність особливих якостей повинні підтримуватися педагогом як метод підвищення самооцінки для скріплення бажання і волі у навчанні.

Важливу роль відіграє усвідомлення зовнішнього ефекту (питання поведінки, спілкування з іншими, ставлення до занять, педагога та отримання знань). Сюди належать і питання зовнішнього вигляду на сцені, і внутрішньої психологічної підготовки до творчого «одкровення», для яких корисно використовувати різні аутогенні настроювання і психологічні тренінги.

1. «НАСТРОЮВАННЯ І САМОНАВІЮВАННЯ»

Психологічне настроювання починається з «бачення себе зі сторони», з психічного самоусвідомлення свого «Я» і спрямування його на сприйняття себе як унікаму. Тут велику роль відіграє похвала і всіляка підтримка навіть найменшого успіху чи найменшого «кроку вперед» в процесі навчання.

Емоційний настрій повинен відповідати: «прояви все найкраще в собі»; «уяви, що твій голос - це ти сам, а твоє «Я» - прекрасне і дивовижне»; «даруй свій голос з любов'ю і радістю, від усієї душі, відчуваючи «високий внутрішній політ»»;

2. «ВНУТРІШНЬОЇ СВОБОДИ»

«Вільний голос у вільному тілі» - основне гасло у вокальному класі. Звільнення голосу - це вміння керувати процесом голосотворення. Психологічна свобода - емоційна свобода. Голос - багатство і дар Божий.

Тому варто задуматися над тим, як його зберегти, як його упорядкувати, кому і як довірити, а також, як голос повинен служити високому мистецтву.

Голос завжди відображує внутрішній стан співака, тому варто себе «відгородити» від психічних перевантажень, стресів, невдач... Процес фонації повинен бути «радісним і тремтливим». Хвилювання перед виступом повинно супроводжуватися високими «помислами добра, любові і радості», оскільки, тільки такі почуття ніколи не «перекриють» голос, що лине з серця.

Голос людини, як музичний інструмент, повинен виражати, насамперед, її почуття, які легко і вільно виливаються звуком. Слуховий самоконтроль поєднується з емоційним началом в процесі набуття внутрішньої свободи, а вміння слухати і чути себе повинно увійти в «професійну звичку». Слухові асоціації стають для співака основним джерелом емоційного тону і «настроювачем» на «виконавську хвилю».

3. *«ГОЛОС ЯК ЗАСІБ ВИРАЗТИ СЕБЕ»*

Автогенне тренування полягає в наступному: «Я співаю - значить, творю, створюю», «Мій голос - відображення моєї душі», «Я співаю з любов'ю і радістю» - саме це називається психологічним «кроком» в пошуках себе, в поєднанні зі своїм музичним інструментом - голосом.

Створення «тонкого, високого почуття» до звукоутворення є обов'язковою умовою навчального процесу. «Не можна звуком милуватися, якщо він народжений без любові» - наголошує автор, оскільки, інтонація мелодій і сам звук народжується спочатку в свідомості людини її внутрішнім уявленням. «Наповнюйся звуком, як посудина водою, і виливай звук, як воду з посудини»... «Кожним звуком, кожним рухом виражай щось» - вимагав великий А.Тосканіні, - виражай почуття повно і щиро».

4. *«ЗНЯТТЯ ПСИХІЧНИХ «ЗАЖИМІВ» І БАР'ЄРІВ»*

Це поняття стосується ліквідації почуття сорому, страху, хворобливого хвилювання і стресового стану перед виходом на сцену, перед публікою, аудиторією. «Багато артистів та співаків так і не зуміли подолати самих себе, не зуміли розкрити свою індивідуальність, природу свого таланту. Не для кожного знайшовся педагог, режисер, учитель, який би зробив це разом з ним» - підкреслює Н.Гонтаренко. На пошуки свободи творча особистість витрачає роки пошуків, тренувань, зміни педагогів і репетиторів, оскільки, неправильний спосіб мислення у сприйнятті світу навколо і себе в ньому, особисті невдачі, дуже гальмують внутрішнє звільнення і формування відчуття свободи. Тому основне завдання педагога - звільнити співака від впливу цих комплексів.

Проникнути у внутрішній світ учня, «витягнути все найцінніше, красиве, збагатити його своїм особистим досвідом - ось шлях правильного спрямування в системі вокальної педагогіки» - стверджує автор. Спираючись на уяву, педагог «творить», «ліпить» учня разом з ним, оскільки, «без емоційного одухотворення музика мертва».

ФІЗИЧНЕ САМОУСВІДОМЛЕННЯ СПІВАЦЬКОГО ПРОЦЕСУ

Сучасне трактування тіла співака, як повноцінного «музичного інструменту»(своєрідної деки зі звуковим каналом-струнами) розширює поняття функційних можливостей організму співаючого і надає йому нових «повноважень і обов'язків», що стосуються не тільки нейрофізіології голосотворення, а й духовно-психологічної сфери взаємозв'язку, взаємовпливу і взаємозалежності музики з діяльністю всього організму.

РОЛЬ БЕЗЗВУЧНИХ ВПРАВ

Питання доцільності використання так званих беззвучних вправ, тобто, вправ без співу, як звичайне тренування м'язів (своєрідна «зарядка») свого тіла, і досі не знайшло одностайної підтримки серед спеціалістів. Одні вважають таке тренування м'язів (відірвано від співу) недоцільним, а інші -

навпаки - ефективним засобом зняття зайвого м'язового напруження перед початком співу.

Зважаючи на те, що такі вправи все ж існують, Н.Гонтаренко рекомендує їх як спосіб релаксації і підготовки анатомо-фізіологічного апарату до продуктивної діяльності всієї голосотвірної системи співака. Прихильники даного методу пов'язують необхідність беззвучного тренування м'язово-нервової системи організму з суттєвими відмінностями, які існують в роботі механізмів голосового апарату в мовленнєвому та співацькому режимах звукоутворення.

У однієї і тієї ж людини співацький голос, як відомо, часто не відповідає розмовному (мовленнєвому) стилю. Іноді високий (добре розвинений) мовленнєвий спосіб звукоутворення різко контрастує з низьким (невизначним і слабо контрольованим) рівнем співацького, і навпаки. У розмовній мові, як відомо, відсутнє *вібрато* голосу, яке надає йому зовсім іншого, ніж у співі, тембру звучання. А принцип так званої «вокалізації», властивого співацькому голосові, вимагає виразного, яскравого і гучного голосу з наявним природним *вібрато*, котрий, найчастіше, потребує спеціального навчання.

Природна постановка голосу, або, як кажуть спеціалісти, «готовий голосовий апарат» трапляється не часто.

В цьому випадку роль беззвучних вправ є досить ефективним методом, який відіграє надзвичайно позитивну роль у освоєнні техніки голосоведення. Беззвучні вправи «допомагають відпрацьовувати потрібні відчуття, вчать їх контролювати і керувати ними» - стверджує Н.Б.Гонтаренко.

Вони спрямовують увагу виконавця на: *відчуття роботи різних ділянок тіла*; окремих м'язових груп (наприклад, тренування преса, м'язів спини, постави); вироблення контролю за роботою гортані (зокрема, внутрішніх відчуттів при позіханні), рухливості хрящів гортані(піднятті при ковтанні і пониження її при моделюванні різного емоційного стану - здивування, гніву, сміху); виразної роботи артикуляційних органів (вуст,

язика, нижньої щелепи, які тренуються використанням скоромовок) і мімічних м'язів обличчя (тренуванням міміки перед дзеркалом - усмішки, страху, гніву, іронії тощо).

ПРИЙОМИ РЕЛАКСАЦІЇ

Р е л а к с а ц і я - розпруження (розкованість, розкутість, розслабленість) з певною метою, «зовнішнє» і «внутрішнє» звільнення свого тіла і душевного «розкріпачення» з конкретним завданням. Оволодіти релаксацією - значить навчитися слухати і чути себе, своє тіло «з середини». Розпруження не заради розпруження, де має місце млявість (ледача байдужість), а заради уміння повністю звільнити потрібний м'яз з наступним введенням його «в актив».

Зміна «активу» і «пасиву» дає впевненість в тому, що органи, які беруть участь в процесі звукоутворення, правильно спрацюють в потрібний момент, без будь-якого напруження. Регулювання відчуттів розвивається поступово. Накопичення уміння керувати активом і пасивом виховується на уявному контакті з власними м'язами. Ці відчуття ніби «накладаються» на внутрішній стан власного організму.

Оволодіння всіма способами розслаблення (розкутості) і активізації м'язів необхідне для того, щоб відпрацювати уміння знімати зайву напругу та ущемлення м'язової діяльності, утримуючи під контролем тільки потрібні для якісного виконання відчуття. Вправи з релаксації дають необхідний кожному співакові досвід - уміння керувати двома протилежними відчуттями - **релаксації і активу**, які піддаються вольовому керівництву.

ВПРАВИ З РЕЛАКСАЦІЇ:

Всі вправи виконуються *лежачи на спині*. В процесі засвоєння їх *необхідно*:

1. Навчитися бачити себе «зі сторони»;
2. Відчувати контури свого тіла, ніби накресленими в повітрі;
3. З закритими очима вивчати своє тіло зсередини (1-2 хв.);

4. В такому стані (з закритими очима) думкою мандрувати всередині свого організму(відчуваючи кожен внутрішній орган);

5. Починаючи зі стопи і пальців ніг, уявно, з поступовим переходом до тулуба та голови, вводити кожен м'яз в *актив (напруження)*, а потім в *пасив (розпруження)*, малюючи в уяві кожен суглоб, який наповнюється повітрям (*при активі*) і звільняються від нього при *пасиві*. Рекомендованими доповненнями можуть бути відчуття: важкість - легкість, напруга - звільнення. При пасиві м'язи ніби «розчиняються»;

6. Сідниці, живіт, пах відчуті на активі і «розчинити» в пасиві;

7. Хребет від куприкової кістки до черепа ввести у відчуття гравітації на активі, а на пасиві - поступове розпруження до відчуття легкості і «невагомості»;

8. Крижі і увесь живіт по чергово стискати і звільняти;

9. Лопатки розводити в різні боки на активі (ніби відриваючи від хребта), повертаючись у вихідне положення на пасиві;

10. Руки у всіх суглобах (ліктьових, плечових, кистьових) «наповнювати повітрям» на активі і «розчиняти» на пасиві;

11. М'язи «розтоплювати» (звільняти від напруги);

12. Формувати відчуття важкості в голові на активі і відчуття легкості (як повітряної кульки) на пасиві.

В результаті релаксації всі м'язи «розчиняються», а суглоби «наповнюються повітрям», а кожен орган здатний відірватися від тулуба і «витати» окремо. Релаксація, як процес, дуже нагадує медитацію.

ВІДПРАЦЮВАННЯ ВІДЧУТТІВ

Опанування відчуттями вимагає *розвитку уваги, спостереження, аналізу та контролю*. Завдання, спрямовані на вироблення нових відчуттів, формують щораз *вищий рівень свідомості*.

Зважаючи на те, що розвиток потрібних відчуттів при співі формується поступово і не завжди адекватно, то провідна роль педагога полягатиме в

майстерності виробити в учня уміння *прислухатися до своїх відчуттів*, які можна було б чітко охарактеризувати і передати у конкретній словесній формі, локалізовано виокремлюючи ту чи іншу ділянку в роботі голосотвірних органів, аналізуючи роботу кожного з них.

Якщо співак зуміє навчити м'язи свого тіла «розповідати» про себе, то відпаде потреба у жорсткому контролі з боку свідомості та вольових зусиль у співі, оскільки відчуття перейдуть у форму автоматичних дій, здатних забезпечити досконале відчуття фізіологічно-психологічного **к о м ф о р т у** і творчого натхнення.

ФІЗИЧНЕ УСВІДОМЛЕННЯ ХРЕБТА

Хребет (*кістяк*) - це опора не тільки для всіх органів і постави людського тіла, але й для співацького дихання. М'язи поясної ділянки з боку спини беруть активну участь у так званому серед вокалістів поясі напруження («вокально-тілесна схема»). Методичний прийом «поясу напруження» при ауфтакті інколи вважається вокалістами-практиками (особливо, стосовно чоловічих голосів) необхідним для збереження співацького стану виконавця.

Проте, *напруження і ущемлення (перенапруга, «зажим», скутість)* - різні поняття, які не можна плутати.

Напруження - це мобілізація, максимальна активність організму, як духовна, так і м'язова. Добре організована м'язова енергія визначає співацький стан організму і впливає на силу звука.

М'язи поздовжні, що йдуть вздовж нирок нижче від лопаток, які опускаються в поясну ділянку, є надзвичайно важливими для співацької діяльності, оскільки вважаються, фактично, нижньою декою живого музичного інструменту (голосового апарата). Саме вони формують необхідні відчуття співацької активності та енергетичного тону. Ці м'язи допомагають в утворенні потрібного підзв'язкового тиску («співай на себе»). Цей прийом в практиці виховання голосу означає спів на утриманому диханні (а не на «виштовхненому з себе»).

Циркуляція дихання у співацькому положенні спирається саме на ті м'язи, що оточують хребет в ділянці спини і поясу, хоча в ньому можуть використовуватися і інші (в залежності від індивідуальних особливостей організму і сприйняття співака).

Коли м'язи діафрагми і черевного преса (т.зв. гладкі м'язи живота) розвинені досить слабо, то зосередження уваги на м'язах спини і хребта може відіграти вирішальну роль у формуванні правильних вокальних навичок. Іноді «пояс напруги» асоціюється у свідомості співака лише з м'язами реберно-діафрагмальної ділянки, іноді черевного преса. До речі, практика показує, що звуки високої теситури виконуються значно краще, вдало і виразно, коли «пояс напруги» опускається в ділянку пахових м'язів.

В своїй практичній роботі частина педагогів радять взагалі не використовувати термін « *пояс напруження* », як застарілий архаїзм, (щоб не сприяти утворенню зайвої скутості), а замінити його поняттям « *активність* », який допомагатиме розвитку потрібних відчуттів та формуватиме в свідомості початкуючого виконавця регульовальні уявлення про конкретну роботу нервово-м'язової системи його організму. Вишколеним співакам допомагає звільнитися від напруження уміння «відпускати» видихання («зупинити видих») на високих нотах, - звучання здійснюється автоколиванням потоку повітря в резонаторних порожнинах.

1. ЩО ТРЕБА ЗНАТИ СПІВАКОВІ ПРО КІСТЯК:

Фізичне усвідомлення хребта починається з вивчення його будови. Знімаючи напруження з м'язів, що оточують хребет, необхідно утримувати відчуття його стержня, спрямованого вгору. Основні вправи стосуються усвідомленого контролю за двома відчуттями - активу і пасиву, тобто, релаксації і ущемлення (скутості) і їх регулюванню, оскільки неправильна статура і згорблена спина деформують і роботу діафрагми.

Хребці, як кубики, накладаються один на одного від куприка до сьомого шийного хребця. Отже, енергетичний потік спрямовується вздовж хребта знизу вгору з відчуттям «розтягування» дисків, а з ним і всього кістяка.

Важливою умовою успішних тренувань є вміння спостерігати себе «зі сторони», зосереджуючи увагу на роботі хребта, розвиваючи фізичне самоусвідомлення, завдяки конкретній релаксації, яка сприяє зняттю напруження і вивільненню потрібної енергії. В такий спосіб напрацьовується стан виразного відчуття потенційної рухливості кістяка, з яскравим уявленням кожного хребця, від куприка до шиї, який увінчується легкою як повітряна кулька головою;

2. ВИРІВНЮВАННЯ ХРЕБТА

Всі ділянки кістяка співаючого повинні нести однакове навантаження, підтримуючи тіло. Якщо, скажімо, нижня частина хребта є слабкою і не здатна виконувати своїх функцій, то для підтримки тіла отримують зайве напруження м'язи живота, що, в свою чергу, не дозволяє їм відгукуватися на прийоми дихання. Коли ж верхня частина хребта слабо підтримує груди і плечовий пояс, то до роботи беруться м'язи грудей, які не в змозі будуть адекватно реагувати на процес дихання. Коли шийні хребці не вирівняні для якісної роботи дихальної системи, то - розбалансовується увесь звуковий канал. Затиснені шийні хребці автоматично блокують роботу м'язів нижньої щелепи, гортані, язика і, навіть, губ.

Контроль за роботою хребта є необхідною умовою звільнення м'язів для активного руху в процесі звукоутворення. Вони не повинні виконувати роботу кістяка, бо інакше, потребуватимуть додаткової енергії і сили. Чим краще співак відчуває своє тіло і активність хребта, тим економічнішою буде робота м'язів.

3. АКТИВІЗАЦІЯ ХРЕБТА

Спочатку увага співака повинна зосереджуватись на куприку. Від нього, як вежа з кубиків, вибудовується низка хребців, накладаючись один на один і розтягуючи хребет вверх вздовж тулуба (аж до сьомого шийного хребця).

Основна увага на шийних хребцях стосується вільної і ненапруженої шиї та голови. Чергування відчуття ваги голови, яка здатна «розсипати» всі хребці зверху донизу (*актив*) з її повітряною легкістю, яка, ніби, «пливе» над кісткою (*пасив*) - необхідна умова формування свободи м'язів тулуба, яка у співака асоціюється з трампліном для активного руху звукової енергії .

4. УЯВНІ ПОДОРОЖІ (з закритими очима):

а) Уявний перегляд свого тіла від стопи ніг вверх тулубом, звільняючи і розслаблюючи м'язи;

б) Відчуття контурів тіла, ніби накреслених у повітрі;

в) Відчуття доторку повітряного потоку до тіла;

г) Вивчення свого тіла зсередини, потягування, позіхання, м'язове «струшування»;

д) Подорожування всередині черепа (від тім'я, через обличчя і горло до грудей);

е) «Гра м'язами» вздовж всього кістяка на напруження і розпруження, на актив і пасив, використовуючи по чергово кожен м'яз тіла, починаючи від стопи ніг, литок і т.д. вверх тулубом (або, починаючи з рук, плечей, тулубом і ребрами, до м'язів живота, сідниць і ніг до стіп).

5. УСВІДОМЛЕННЯ М'ЯЗІВ ШИЇ

Вправи, пов'язані з поворотами голови: спочатку до лівого плеча, зафіксувавши кінцеву фазу на 2-3 секунди з відчуттям руху м'язів, потім аналогічний поворот до правого плеча, завершуючи вправу повільним і плавним опусканням голови на груди;

а) Для задніх м'язів шиї. Руки замкнуті на карку (загривку) і, притискаючи їх до шиї, напружити м'язи шиї. Опустити руки. Повторити 3-4 рази.

б) Руки поставити на коліна. Підперти голову долонею і відпочити. Змінюючи силу рук, переносити відчуття то на ліву, то на праву долоню.

Варто зауважити, що вплив названих вправ матиме різний ефект для кожного з виконавців, оскільки їх застосування пов'язане з індивідуальними особливостями фізіології організму співака та його вмінням контролювати м'язову діяльність.

Б) МЕТОДИКА ПОТОЧНОГО (СТРУМЕНЕВОГО) СПІВУ (за системою В.Ф.ІВАННИКОВА)

Методика спирається на процес дихання, зокрема, вміння керувати *поток*ом (струменем) повітря (звідси і авторська назва методики), яким атакується звук. Основний принцип формування *к а н т и л е н и*, основної якості правильно поставленого голосу (*b e l c a n t o*), яким послуговується автор (В.Ф.Іванников), полягає в техніці **«правильно атакувати звук на безперервному потоці повітря. Потік повітря і атака звука - це ніби дві сторони однієї медалі - голосу»**.

Новаційний підхід автора до процесу звукоутворення полягає в оригінальному «баченні» емпіричної практики і вокального досвіду, пов'язаних з емоційно-чуттєвою сферою сприйняття співу, як природного процесу діяльності всього організму людини, що піддається вольовому керівництву завдяки чітко налагодженій психологічній системі контролю за нею.

Автор спрямовує увагу на формування чітких і виразних *асоціацій та уявлень співака*, фіксація яких в пам'яті створює стійкі рефлекси і організовує роботу нервово-м'язової системи всього організму, які фіксуються у відчуттях - м'язових, вібраційних, акустичних, тактильних фонетичних тощо. За допомогою вольових наказів і цілеспрямованого психологічного настроювання центральна нервова система організму людини створює

необхідні нейрофізіологічні умови для виконання потрібних дій, пов'язаних зі звукоутворенням.

Відомо, що спів - це складний психофізіологічний процес, в основі складної координованої роботи всього організму якого лежить діяльність кори головного мозку і підкірки разом із периферійною нервовою системою.

Голосовий апарат можна умовно поділити на **три групи**: звукоутворення (гортань з голосовими зв'язками), дихання (трахея, бронхи, легені, грудна клітина, діафрагма), артикуляційні органи (язик, губи, зуби, нижня щелепа). Л.Работнов стверджував, що окремі частини голосового апарату можуть функціонувати окремо від інших, але під час фонації вони автоматично поєднуються, тому порушення в будь-якому органі (зміна психологічного настрою, емоційного тону, втоми чи захворювання тощо) неодмінно впливають і на звучання голосу.

Сучасна наука розглядає процес голосотворення у тісній взаємодії **трьох систем: генераторної** (голосові зв'язки, м'язова структура внутрішніх органів, керована периферійною нервовою системою організму); **резонаційної** (ротова порожнина, глотка, носоглотка, які забезпечують функціонування динаміки мовлення та співу); **енергетичної** (що поєднує механізм зовнішнього дихання - м'язи грудної клітини та діафрагми, з рефлекторним механізмом внутрішньої діяльності трахеї та бронхів).

Їх взаємовплив і взаємодія утворюють стійку систему голосотвірної діяльності, а уміння керувати нею належить **до формування гармонійного розвитку особистості, наділеної безмежними можливостями і творчим потенціалом**, де спів є посередником душі і найціннішим виявом музичного почуття (Ж.-Ж.Руссо).

Видатний німецький філософ Г.Гегель також зауважив, що музичне мистецтво є одним із засобів пізнання «найглибших людських інтересів, тому загальна потреба в мистецтві впливає з розумного потягу людини духовно пізнати внутрішній і зовнішній світ».

Основними компонентами правильно поставленого голосу, визначеними В.Ф.Іванниковим, є:

- Дихання (безперервний потік повітря);
- Глибина звука;
- Легкість(простота) вокалізації.

Фізичними передумовами для реалізації основних компонентів повинні розглядатися :

- **Розпруження (розкутість, звільнення, розслаблення);**
- **Уява;**
- **Рух.**

Р о з с л а б л е н н я (розкутість, звільнення)

Під час співу тіло повинно бути максимально звільненим від будь-якого напруження (рук, ніг, живота, плечей, спини, шиї тощо). Насамперед, це стосується м'язів живота і грудей: живіт повинен бути м'яким, а груди, не повинні спеціально утримуватися «дугою». М'язи шиї - без напруження.

Природного і вільного положення вимагає і гортань, без жодних деформацій та утисків. Це ж стосується і м'язів обличчя (неприємного напруження мимічних м'язів, широко відкритих очей, «страдницького» виразу тощо) та будь-яких «маніпуляцій» гортанню (надмірного пониження, курсивних рухів і т.п.). В.Іванников радить зберігати «нейтральний» вираз обличчя, навіть, байдужий, щоб домогтися повної свободи відчуттів.

Фізичне звільнення тіла є найкращою позицією для формування правильного вокального дихання - без найменших перешкод для проходження шляхами звукового каналу та, щонайважливіше, - для налагодження відповідного психологічного зв'язку з диханням і голосом.

Емоційні імпульси, як відомо, впливають на голос через дихання, змінюючи інтенсивність повітряного струменя, тому, будь-яке м'язове гальмування повітроносних шляхів заважатимуть правильній роботі дихання, блокуючи цим емоційне насичення процесу голосоведення.

В такому випадку організм співака, змушений вдаватися до «насильницького» способу перекладення місії голосотворення з дихання на голосові зв'язки, які швидко зношуватимуться від надмірного напруження.

Уява

На думку автора програми «поточного співу», добрим співаком може стати той, який *має добре розвинену уяву і володіє даром безмежної фантазії.*

Наприклад, щоб не маніпулювати м'язами (зовнішніми і внутрішніми м'язами обличчя), співакові варто уявити собі, що голова відсутня взагалі і при вдиханні на місці грудей утворюється величезна «свердловина» («порожнеча»)...

Рух

- Нахили тулуба вперед, назад;
- Підняття голови одночасно з нахилом тулуба назад;
- Рухи руками вниз-вверх з невеличкими коливаннями тіла («насос»);
- Поштовхи нижньою ділянкою хребта вперед;
- Невеличкі присідання в колінах.

Саме ці рухи активізують дихання і сприяють утворенню правильної атаки звука. Співаки з так званою «природною постановкою голосу», як правило, автоматично послуговуються названою системою.

УЯВНА МОДЕЛЬ - СХЕМА ВОКАЛЬНОГО АПАРАТА

Правильне відчуття процесу в д и х а н н я формується *за схемою:* замість грудей і живота утворюється «порожнеча», дно якої сягає нижньої ділянки живота (на рівні тазових кісток).

В залежності від потреб на дні цієї «порожнечі» розміщується (у відчуттях співаючого):

- *тверда площина;*

- «киснева подушка» (медична);
- «озеро вібрацій», тобто, рідина, наповнена маленькими пташками - нотами, які вилітатимуть при фонації (співі);

Крім того, на дні «порожнечі» (або - «колодязя») у співака розміщується надзвичайно суттєва точка, яка називається ц е н т р о м д и х а н н я і з в у к а. **Там народжується і атакується звук.**

Колись відомий італійський баритон Баттістіні, пояснюючи феномен дихання, вказав на нижню ділянку свого живота і зауважив: *«Дихання необхідно витратити звідси по краплині, а ви - росіяни, відчиняєте квартиру і викидаєте з неї золото!».*

УТВОРЕННЯ «НЕЙТРАЛЬНОГО» ЗВУКУ.

За допомогою «кисневої подушки»

- *Ледь нахилитися вперед, опустити голову і руки, видихнути (ротом) і звільнитися від напруження;*

- *Випрямляючись, вдихнути (носом) в нижню ділянку живота, уявляючи собі глибоку «порожнину» в грудях і животі, на дні якої лежить «киснева подушка». Руки в час вдихання можуть: або піднятися вгору і трохи в різні сторони, або долонями горизонтально «загрібати» повітря перед собою знизу вгору, згинаючи їх в ліктях;*

- *Горизонтальне положення тіла означає, що вдихання відбулося. Без паузи і спеціальної затримки дихання низько нахилитися вперед-вниз, і притиснути «подушку» (подумки, зовнішні м'язи живота повинні бути звільнені), «проколюючи» її уявною голкою. З «утвореного» отвору, «появиться» невеличкий струмінь повітря і, одночасно, ніби без будь-якої участі, повинен відбутися дуже тихий, протяжний, «утробний» звук, подібний на стогін. Це і буде так званий «нейтральний» звук (без конкретної голосної).*

В даному випадку важливе утворення звука «само-собою». Він «сам» повинен прозвучати в центрі дихання і звука у вихідному потоці (на видиху).

Головне завдання - чітко уявити цей процес і дати «повну свободу» своєму тілу. Цей - надзвичайно важливий момент і принцип - **л е г к і с т ь** в о к а л і з а ц і ї - розповсюджується також і на спів повним голосом (*forte*).

Отже:

- *Вдихання;*
- *Глибокий нахил, «нейтральний» звук;*
- *Підйом зі швидким, легким і глибоким (на дно «порожнечі»)*

вдиханням (носом).

Підйом виконувати не повністю, залишаючись в ледь зігнутому положенні (руки і голова вільно звисають). Вправу виконати тричі поспіль на одній ноті.

«Насос»(Помпа)

Уявити накачування насосом шини автомобіля:

- Нахилитися низько, звільнити м'язи від напруження тримаючи в руках уявний насос. Видихнути (ротом);
- Вдихнути на «дно колодязя - порожнечі», не випрямляючись;
- Піднімаючись, «тягнути» ручку насоса, уявляючи, водночас, утворення «нейтрального» звука на поршні насоса;
- Нахилитися з швидким, легким і глибоким вдиханням (в кінці нахилу);
- Підйом з «нейтральним» звуком;

І так - *тричі на кожній ноті*. При «некомфортному» утворенні «нейтрального» звука, варто активізувати дихання легким рухом вперед тазових м'язів (стегон) в момент атаки звука, що заставить тіло в процесі звукоутворення ледь прогнутися назад.

«Зітхання з полегшенням».

Активно вдихнути (як у пункті «А»), але в кінці вдиху відхилити тулуб трохи назад (обличчям до стелі, рот розтулений), кисті рук скласти на

грудях. З закритими очима, подумки «заглянути» зверху вниз на «дно» колодязя, даючи можливість повітряному потокові спокійно звідти вийти разом з «нейтральним» звуком-стогоном.

При невмінні якісно виконати вправу (коли втрачається багато повітря, або звук-стогін на дні колодязя надто голосний чи неглибокий) рекомендується уявити, що «дно» колодязя проштрикнуте кінчиком голки і в ньому появився малесенький отвір. З цього отвору треба спокійно випустити повітря, тихо вимовляючи звук «О» або «У» - тричі на кожній ноті.

Слабкі і нерозвинені навички дихання можна розвинути таким прийомом:

- Уявити, що центр дихання і звука перемістився з середини «дна» колодязя в нижню ділянку хребта. Звідти, ледь присідаючи, подавати звук легким і плавним поштовхом вперед м'язів хребта і спини.

В) засадничі положення методики В.Багрунова

Свою методику автор назвав «азбукою керування голосом», в основі якої покладено технологію відродження *природного голосу* людини за допомогою надзвичайно простих і доступних навіть дітям-дошкільнятам прийомів і вправ. Книга узагальнює багаторічну теоретичну працю та особисту вокальну практику, присвячену дослідженню т.зв. «феномена Шаляпіна» (в наукових колах – «біоакустичний резонанс Шаляпіна») і запатентовану під назвою: «Спосіб розвитку і настроювання голосу». Вона складається з трьох розділів: *історичного, теоретичного і практичного*, дає ґрунтовні відповіді на основні питання, пов'язані з роботою всієї голосотвірної системи людини.

Автор переконливо доказує, що «голос – це унікальний інструмент впливу на оточуючих, чи то спів, читання лекцій, чи ведення ділових переговорів. Мистецтво керувати своїм голосом – істинне багатство, якого прагнуть і бізнесмени, і політики, і, зрозуміло, вокалісти». В своїй праці В.Багрунов – винахідник, психолог, підприємець, музикант - відстоює думку,

що слабких і невиразних голосів не існує в природі! Необхідно навчитися керувати своїм голосом: «просто відродити свій природний голос і використати його самобутні якості».

Методика спрямована на швидке і якісне відновлення ресурсів організму людини.

Найважливішою інформацією для сучасної вокальної педагогіки автор вважає перегляд традиційної теоретичної концепції щодо голосових зв'язок у гортані як джерела звукоутворення, які насправді не є такими – це всього лишень гортанні складки, які регулюють і спрямовують в резонаційні зони потік повітря з легень. А звук утворюється в трахеї, що неодноразово підтверджували наукові дослідження в галузі медицини і фізіології. Ще на початку XIX ст. про це писав професор анатомії, фізіології і судової медицини Імператорського московського університету Ілля Грузинов, а в першій половині XX ст. це ж підтвердив і фізіолог Л.Д.Работнов, згодом - французький вчений, математик, фізіолог і фоніатр Рауль Юссон та вчений-вокаліст Санкт-Петербурзької консерваторії А.Н.Кисельов.

Тому, хибне з цього огляду твердження відомого вокального педагога і теоретика Мануеля Гарсія-сина про те, що джерелом звука є голосові зв'язки, розміщені в гортані, для роботи яких потрібне об'ємне і глибоке діафрагмальне дихання, В.Багрунов вважає найбільшою, «свідомо вчиненою» 150 років тому помилкою і навіть, «безпрецедентним за своїми наслідками злочином» перед вокальними педагогами, які й досі «нищать голоси своїх учнів, роблячи їх нещасними людьми».

На базі відкриття І.Грузинова В.Багрунов створив нову теорію розвитку голосу, а на її основі – методику настроювання голосу. «Саме настроювання голосу, оскільки природний голос може бути розстроєним, але не може пропасти» - стверджує автор, підкреслюючи, що «ще три віки до цього Леонардо да Вінчі писав у своїх зошитах про голос, який народжується в трахеї» [там само]. Аналізуючи техніку співу Ф.Шаляпіна автор дійшов висновку, що його техніка повністю відповідає *ідеальному* звукоутворенню –

глибокому, звучному, без напруження, з відчуттям необмежених можливостей «органного звуку», насиченим тембрально і таким, що формується в трахеї.

В.Багрунов розкриває «три секрети» (принципи) Ф.Шаляпіна. Насамперед - природа голосу живого організму полягає не у звуці, а в «передачі сигналів за допомогою звуків». В співі і в мовленні це – *інтонація*. Необхідно знати, що гладкі плівки, з яких складаються бронхи володіють такою довжиною, яка повністю відповідає природі звукоутворення людського голосу. Процес голосотворення відбувається автоматично і не вимагає ніяких фізичних зусиль. Потрібно лише легенько підтягнути живіт, щоб уберегтися від глибокого дихання. Отже, *підтягування живота і «мале» дихання* – і є двома головними «секретами» Шаляпіна. Третім секретом співака була *інтонація*. «Звук – це наслідок, фізіологічний процес. Причиною і пусковим механізмом звука є психіка» - стверджує В.Багрунов. Отже, природа голосу полягає в передачі сигналів за допомогою звуків. Сам Шаляпін часто наголошував: «Вся сила співу в інтонації... Я співаю завжди, навіть коли розмовляю. І в ритмі, і в тональності. Це секрет і закон співу».

Втрата природного голосу відбувається в процесі закріплення в психіці людини хибної механічної моделі гучності звука (більше сили – більше звука), а запропонована автором методика змінює цю модель і повертає людині її природний голос за допомогою простих методів, суть яких полягає в знятті фізичної напруги з дихальної системи і артикуляційного апарату в процесі роботи над «звуковими сигналами» різного рівня (домовленнєвими, вигуками, мовленнєвими та співацькими). Проблема полягає в нерозумінні того, «що звук є всього лише матеріальною оболонкою голосу», а думати варто лише про образ, який необхідно донести до слухача. Його можна називати по-різному: інтонацією, сенсом. «Звук – це провідник людської душі» - наголошує В.Багрунов. Основні положення методичних приписів автор виклав у формі т.зв. «легенди», витяг з якої дослівно наводимо нижче.

- ...«Отже, насамперед: *вчи текст, працюй над ним «про себе», співай «про себе», потім тихим голосом, з закритим ротом. Без інструменту.* Коли відчуєш, що у тебе щезла вся м'язова напруга і скутість з дихання, гортані і рота, зможеш співати на публіці... Думай про що співаєш, і забудь про голос. *Щоб стати співаком, спочатку треба стати особистістю. Ось це головне...*

Тепер: стань прямо, *підтягни живіт* і тримай його таким завжди і всюди. Легко *позіхни*. Це відкриє гортань, чи як кажуть «другий рот». Для початку раджу *носити пояс*, щоб привчити живіт бути підтягненим. Не забувай завжди тримати *щелепу розслабленою*. Для цього не стискуй зуби навіть у сні...

Запам'ятай: ти розмовляєш і співаєш не на видиханні, а на стогоні. Ти ніби не дихаєш, за тебе це робить природа.

Тепер легенько *вдихни широкими ніздрями*, ніби приношуючись, і відчуй *холодок* в глибині носа. Повітря йде в голову і в тіло до того місця, де підтягнений живіт (*ледь нижче пупка*). Таке дихання ми називаємо малим – воно дасть тобі не тільки голос, але й здоров'я. Видих-звук піде крізь **мікроскопічну голосову щілину в гортанних зв'язках**. Спочатку добийся чистої, легкої вимови на розмовному рівні. А згодом переведи мовлення у спів. Зроби спів розспіваним мовленням. Це дасть... незрівнянну насолоду від керівництва своїм голосом...

Ці знання прийшли до нас з Атлантиди і є найбільшою таємницею людства».

Так лаконічно і водночас доступно озвучив В.Багрунов основні положення своєї теоретичної концепції вокальної методики настроювання голосового апарата.

В другій частині своєї праці автор розкриває т.зв. **«нейробронхіальну теорію виникнення голосу і його розвитку»**, в якій зосереджує увагу на *трьох основних складових* («секретах») голосу людини:

- **анатомічній**, яка, в свою чергу, об'єднує дві функції:

- а) *підтягування живота* як ключа до розв'язання усіх проблем з голосом, оскільки це водночас викликає вертикальне підтягування діафрагми, що сприяє підвищенню тиску в бронхіальній системі. Цей прийом пов'язаний з т.зв. «малим диханням» - основним «секретом» класичного бельканто. Після виконання цього прийому «вся подальша робота йде в автоматичному режимі, в яку не варто вмішуватися». До речі, відомо, що в староіталійській школі співу з успіхом використовувалися спеціальні пояси для підтримки нижньої діафрагми. Ними користувалися – Е.Карузо, Н.Печковський, П.Лемешев, а також, і Ф.Шаляпін та ін.

Для цього В.Багрунов рекомендує використовувати спеціальну вправу, запропоновану Л.Д.Работновим: «підняти обидві руки вверх таким чином, щоб пальці кожної руки обхоплювали на голові протилежний лікоть. При цьому відбувається мимовільне (помірне) втягування живота, легке втягнення підложечки, розширення грудини і підняття діафрагми; також відчувається скорочення м'язів у пояській ділянці». Автор вважає прийом підтягування живота основним ключем «до комори багатства голосу» і здоров'я, а розуміння суті його заставляє людину дотримуватися і відповідного життєвого режиму, пов'язаного насамперед з харчуванням. Зрештою всім відомо, що переповнений шлунок суттєво гальмує вокальний процес.

-б) *відкриття «другого рота»*. Другий рот – місце, де з'єднується гортань з трахесю. Оскільки трахея дещо ширша від гортані, то для з'єднання їх в одну «звукову трубу», необхідне розширення гортані. При цьому збільшується простір між задньою стінкою гортані і коренем язика (як при вимові фонем «К», «Г»). Ідеальним аналогом цього принципу є будова блокфлейти, діаметри складових частин якої співпадають при з'єднанні. Із трахеї звук йде мимовільно і він не повинен зустрічати дорогою перешкод. Тому, надто відкритий рот, при якому відбуватиметься надмірне напруження щелепних м'язів і, водночас, гортані, не дасть можливості співакові утворити грамотний звук. Потрібна правильна взаємодія гортані і кореня язика. Горло

повинно бути лише провідником голосу, а трахея і гортань повинні скласти своєрідний розтруб, де нижня частина є джерелом звука, а верхня - його провідником. Щоб цей розтруб запрацював необхідно насамперед розслабити гортань і язик: збільшиться простір між трахеєю і горлом, і звук полетиться безперешкодно;

- **малому диханні** – як найважливішій характеристиці класичного бельканто. «Il grand segreto per cantare consiste nel cantare con poco fiato» («Великою таємницею співу є спів на малому диханні») – гласить старовинний фоліант.

Вивчаючи *механізм дихання*, вчений-фізіолог Л.Д.Работнов у своїй книзі «Основи фізіології і патології голосу співаків» (1932) застерігав, що «вдихання великої кількості повітря при співі і мовленні є непотрібним і навіть шкідливим, оскільки надмірне роздування легень спонукає розвиток надмірного тиску в бронхах і розбалансовує легеневий кровообіг». А, це, як відомо, може призвести до т.зв. «гіпервентиляції» легень і, навіть, викликати приступ ядухи (астми) і задишки. Тому, щоб повернути «феноменальні властивості» дихальної системи варто «зняти всю напругу з довільної мускулатури, яка впливає на дихальну систему». Численні експерименти дозволили вченому зробити висновок: «будь-яка допомога під час співу і мовлення з боку поперечносмугастих довільних м'язів шкідливо відображається на тембрі голосу».

Щодо вдихання ротом чи носом у процесі співу, то Л.Д.Работнов рекомендував носове, причому, його глибинною ділянкою, що співпадає у сучасній традиційній вокальній практиці з т.зв. «другим носом».

Діафрагма, як невід'ємна частина процесу і фактично, «друга сила» дихання (перша сила – гладкі м'язи бронхів) повинна підтримувати потрібну кількість повітря, тобто, внутрібронхіальний тиск в легенях, що добре регулюється підтягнутим животом (коли діафрагма набуває майже вертикального положення). Працює сама собою, співак займається лише інтонуванням голосу. Діафрагма залишається практично нерухомою.

Видих, як суб'єктивне відчуття при співі, повинно сприйматися як затримка видихання з *ледь відчутним подихом* (а не струменем) повітря. В.Багрунов радить не думати про вдихання і видихання в співі. Все має відбуватися «на автоматі». А при зміні дихання в процесі фразування (за висловом В.Багрунова – перезарядки дихання) автор радить робити «швидкий автоматичний видих і такий же вдих!».

За дослідженнями фізіологів звукоутворення у трахеї відбувається за рахунок коливальних рухів т.зв. *мембрани*, власне, *мембранозної частини трахеї* (пластинки, внутрішнє покриття трахеї). Центральна нервова система (кора головного мозку) збуджує вегетативну нервову систему, яка спонукає коливання гладких м'язів, заставляючи, в свою чергу, вібрувати мембрану.

Зрештою, на користь трахеї, як джерела звуку, свідчать багато прикладів як з вокальної практики видатних співаків минулого (Б.Джилі, Маріо Ланца, Мигая та ін. які брали верхнє «ДО» тримаючи перед собою запалену свічку, що горіла не блимаючи), так і природних «феноменів»-самоучок, наприклад, легендарної в 50-ті роки ХХ ст. Іми Сумак, яка демонструвала п'ять октав, чи «диво» Інтернету 2009 р. - семирічну «дівчинку-соловейка» Леру Гусакову, яка, передражняючи з раннього дитинства птахів у лісі, вільно наслідувала їх найскладніші трелі. Зважаючи на те, що у птахів немає діафрагми, а грудна клітка чітко зафіксована, то свої трелі вони утворюють виключно трахеєю...

В.Багрунов вважає, що термін «глибоке діафрагмальне дихання» неправильно сприймався (і сприймається) вокальними педагогами. І раніше, і зараз цей термін розуміють як об'ємний глибокий вдих, при якому діафрагма опускається вниз. Поза тим, *глибоке дихання буває і при малому вдиханні, при підтягнутому животі*. В цьому випадку вдихання відбувається до місця підтягування живота (до пупка), але діафрагма *не опускається, а піднімається, ба, більше – вона розвертається вертикально, що дозволяє їй утримувати стабільне положення для рівного звучання голосу*. Кількість

набраного повітря при такому вдиханні – значно менша і піддається філіруванню, тобто, гнучкому керівництву.

Щодо гортанних складок, які прийнято називати *голосовими зв'язками*, то їх роль полягає в регулюванні і дозуванні потоку повітря, що надходить з легень. Вони змикаються і розмикаються під дією нервових імпульсів. Під дією грубого напору повітря відбувається перезмикання зв'язок, від чого звук стає важким, неприємним і крикливим, а горло - хворобливим. А при малому диханні зв'язки не зазнають надмірного тиску і працюють у відповідності до сигналів, які надходять з мозку, облагороджуючи первинне звучання голосу, що надходить з трахеї.

Сила звука в цьому випадку залежить від турбулентних процесів (завихрень) в самій трахеї. Повітря практично не виходить з трахеї, що й породжує силу голосу (як в духових інструментах). За даними фізиків вібрація звука в організмі людини, власне, звукова хвиля проходить тілом (кров'ю, кістьми) 500 разів за секунду (від п'ят до маківки голови). Це – при двометровому зрості, а для людини середнього зросту ця величина складає біля 1000 хвиль на секунду. Тому, правильні вібрації звукових хвиль приносять співакові не тільки задоволення, а й здоров'я та підсилюватимуть діяльність організму загалом.

- **Інтонації, яка керує голосом.** Інтонація є породженням психіки співака. «Інтонаційний підхід, при якому виконавець йде не від звука, а від образу, є основою підготовки будь-якого музиканта» - стверджує В.Багрунов.

Найпростішим визначенням інтонації є: *інтонація – це осмислений спів.* «Природа створила голос людині з метою передачі сигналів (інформації) між живими особинами за допомогою звука. Інтонація – це і є сигнали, виражені звуком». Тому найкращою вправою для співака повинна стати не стільки спеціальна вокальна вправа, скільки *слово, фраза*, за допомогою якої передається сенс, образ виконуваного твору. Результативність співу появляється лише тоді, коли центр (мозок, психіка) і периферія (будь-який орган, зокрема, голос) працюватимуть воедино. Будь-яка робота (вивчення

тексту, нот) повинна відбуватися спочатку «в голові», бо лише так м'язи гортані здатні перейти на рівень мікромоторики – гортань звільняється, слово виразнішає і голос лине з глибини душі без напруження і скованості. Працювати необхідно над особистістю за гаслом: *який масштаб особистості, такий і голос! «Інтонація – це забарвлення слова»*. Аналізуючи її Ф.Шаляпін якось сказав: «...зрозумів я раз і назавжди, і безповоротно, математична вірність в музиці і найкращий голос мертві до того часу, доки математика і звук не одухотворені почуттям і уявою. Значить, мистецтво співу – щось більше, аніж *bel canto*.

Б) ПРАКТИКА роботи з голосом

Практичні рекомендації В.Багрунова спираються на гасло: *«основою природного голосу є стогін»*.

Автор притримується позиції, що природний голос – це голос, звук якого йде *без участі видихальної мускулатури (орієнтація не на видих, а на вдих-стогін)*. Необхідно добиватися, щоб *тіло в мовленні чи співі утворювало єдиний звуковий орган*.

В роботі над мовленням і фразуванням у співі важливу роль відіграє правильне розуміння основних понять з фонетики – науки про звуки людського голосу. *Голосні звуки* – це «чистий» голос. Вони визначаються *положенням гортані і рота. Приголосні* (за винятком сонорних «М», «Н», «Л») є загалом шумовими. Вони керуються *координуванням м'язів губ і язика. У співі всі ці м'язи мають перейти на тонкий рівень керівництва – рівень психомоторики*.

Тому **першою вправою** автор рекомендує впровадити насамперед беззвукове («в голові») промовляння потрібної фрази

(вправи, поспівки). Губи при цьому мають бути *зімкненими*, а зуби – *розімкненими*. Щелепа повинна бути максимально звільненою і опуститися донизу під власною вагою (ні в якому разі не робити ніяких штучних зусиль!) Цей спосіб розслаблення щелепи (і водночас, гортані) автор радить наполегливо культивувати в процесі розвитку вокальної техніки і добиватись, щоб таке положення стало природнім. Будь-яка дія формується спочатку в думці, в той час як м'язова система працює на рівні психомоторики. В думці дія відбувається непомітно, сучасною мовою - «на тонкому рівні». Цей процес ще називається *аутогенним тренуванням*. Для розвитку його В.Багрунов радить мелодично («нараспев») читати вірші О.Пушкіна. Українським аналогом може стати вся поезія Т.Г.Шевченка (розрядка Г.С.), «співучість» якої не може заперечити ніхто. Зрештою, велику роль аутогенного тренування відзначають не тільки в наукових колах, а й успішно застосовують у спортивній, навчальній, медичній тощо практиках. Відомо також, що Ф.Шаляпін перед виходом на сцену завжди багаторазово «проспівував» в пам'яті увесь свій репертуар.

Другим найважливішим правилом В.Багрунов вважає усвідомлення (осмисленість) мовлення і виразність вимови: *«голос ставиться при усвідомленій вимові звуків, слів, фраз і текстів з виділенням наголошених голосних і губиться при механічній вимові»*. [5, с.156].

Автор радить зробити контрольний запис свого голосу на будь-який текст (куплет, фразу, вірш), після цього проспівати в

довільний спосіб: У-А, А-У, У-А, А-У. Цей запис стане «точкою відліку», який дозволить міряти кроки своїх успіхів.

На тренування голосу варто витратити не більше як 15 хв. 1-2 рази на день, щоб за тиждень-два потрібні навички надійно закріпились, (за свідченнями відомого фізіолога і психолога Н.А.Бернштейна максимальна активність мозку людини триває саме 15 хвилин, після чого треба робити перерву).

Для відпрацювання кожної нової навички необхідно її повторити *не менше 8-ми разів*. Практикувати ці навички варто в будь-який зручний для себе час, навіть на прогулянці, в машині, перед телевізором, на зборах тощо, оскільки вони, в основному, є беззвучними. **Фундаментальні навички** це – *вдихання, відкриття «другого рота», вироблення примарного тону, вимовляння звуку «ХА», інтонаційні вправи, вигуки*. Їх можна тренувати подумки... Головне – не вимагати від себе негайних результатів, а керуватися принципом: «Fesina lente» - «Поспішай повільно»...

Успіх засвоєння потрібних навичок залежить від правильного настроювання учня і його ретельності в досягненні мети. Адже всі вправи є надзвичайно простими. В.Багрунов рекомендує засвоїти *три допоміжних* (підготовчих) і одне *основне положення рота* в сукупності з відповідними *положеннями рук*. Вони успішно працюють у всіх вправах у методиці автора.

1.*Закрите положення рота*. Рот закритий (губи зімкнені, зуби розімкнені). Провідна рука – на грудях, долоня другої руки – на голові. Це потрібно для контролю грудного і головного резонування. Саме в такому положенні відбувається ідеальне поєднання обидвох

резонаторів, оскільки повітря не виходить з рота. Рука на грудях виконує найважливішу контролюючу роль в утворенні звуку в грудному резонаторі. Автор вважає такий прийом важливішим від слухового контролю.

2.Напівзакрите положення рота. Рот напівзакритий (зуби зімкнуті, губи розімкнені і активні, голос звучить крізь зуби). Провідна рука – на грудях, долоня другої – на голові, щоб проконтролювати відкриття «другого рота». Голос в такому випадку стає близьким до природного, бо відкриття губ рефлексивно впливає на відкриття гортані («другого рота»).

3.Закритий ніс. Ніс закритий, рот відкритий. Провідна рука на грудях, друга закриває ніс (для контролю грудного резонатора і носового витікання повітря (особливо при гнусавості). Слідкувати, щоб пальці не відчували тиску повітря в носі.

4.Основне положення. Рот відкритий. Зуби розімкнуті настільки, щоб при вимові слів між ними не зміг пролізти мізинець. У співі, звичайно, рот відкривається ширше, ніж при мовленні, але його відкриття не повинно бути максимальним, бо затиснеться гортань. Провідна рука лежить на грудях, друга рука жестикулює відповідно до інтонації.

Найважливіші положення для пошуку природного звукоутворення – 1-ше та 4-те. Шаляпін, до речі, також найбільше уваги уділяв репетиціям і вправам з закритим ротом.

У всіх вправах потрібно виробити головну навичку, необхідну для правильного мовлення і співу – *вихід повітряного потоку при співі не повинен відчуватися. Це справа гладкої*

мускулатури організму співака і допомагати їй не потрібно. Співакові треба виробити в собі відчуття, що він не видихає взагалі. При всіх положеннях рота увага повинна зосереджуватися на повній свободі гортані (а живіт – підтягнений).

*Вправи діляться на **три рівні: домовленнєвий, мовленнєвий та співацький.***

ДОМОВЛЕННЄВИЙ РІВЕНЬ ВПРАВ(без звуку)

- Підготовча фаза для всіх вправ – відповідний психологічний

настрій: відволіктися від побутових справ, бажано подумки кілька разів вимовити: «Мій голос стає благозвучним і кожним звуком сприятливо впливає на весь мій організм». Після цього набрати стрункості (підтягнути живіт і зосередити увагу на виконанні вправи). Решта м'язів, і насамперед, горлові та артикуляційні, повинні бути розслабленими, як на аутогенному тренуванні, а дихання – легке, поверхове, природне. Кількість повторів – 8.

УРОК I. Підтягування живота і покращення з'єднання між трахеєю і горлом (відкриття «другого рота»).

1.1. Підтягування живота. Крім вже запропонованої вправи Л.Работнова зі стор. 268, автор радить навчитися підтягувати живіт і одночасно витягувати все тіло (ноги на ширині плечей, корпус, руки). В Хатха-йозі ця вправа називається Пашимотана. Цю вправу

корисно практикувати при виконанні всіх вправ, а також, і для оздоровлення, і утримування спортивної статури.

1.2.Відкриття «другого рота» (збільшення простору між коренем язика та задньою стінкою гортані) автор пропонує *вісім вправ – чотири в статистиці і чотири в динаміці.*

Спочатку корисно контролювати рукою пониження кадика, відчувати «скрите позіхання» (напівзівок, скрита посмішка). На такому легкому напівзівку необхідно розслабити м'язи горла і без напруження опустити кадик. Не перестаратися! Постійно контролювати розслаблення м'язів гортані! Після 15 хвилин виконання вправи робити 3-хвилинну перерву.

Статика (вправи 1,2,3,4) – пониження гортані, півзівок в статистиці. Загальний час – одна хвилина. Мінімальний час повторення вправи – вісім.

Вправа 1 – рот закритий. Виконання: опустити кадик(гортань), тримати відкритим «другий рот».

Вправа 2 – рот напівзакритий, зуби зімкнуті, губи розімкнені.

Виконання те ж, що і у вправі 1.

Вправа 3 – рот відкритий, ніс закритий пальцями. Виконання те ж, що і у попередніх вправах.

Вправа 4 – рот відкритий, щелепи опущені (не більше, ніж на 1-2 см.). Виконання: опустити кадик (гортань), тримати відкритим «другий рот».

Динаміка: (вправи 5, 6, 7, 8)

Виконання: відмінність від вправ 1,2, 3, 4 – в темпі виконання. Ці ж вправи виконуються динамічно – опускання і піднімання

кадика (гортані), тобто, відкривається і закривається «другий рот» в чотирьох положеннях, в зручному для себе темпі (по одній хвилині на вправу). Щоб досягнути видатних результатів, виконувати вправи при кожній нагоді. Ці вправи дуже швидко позбавляють гортань від спазмів, тому приступи позіхання – свідчення звільнення гортані від напруження.

УРОК 2. Вправи для відпрацювання примарного (природного) тону як фундаменту голосу.

Мета: *добитися* правильного виконання вдихання (з «холодком» в глибині носа); *виробити* відчуття, що вдихання опустилося до підтягнутого живота; *добитися*, щоб звук йшов сам собою, без найменшого зусилля з легким стогоном; *добитися*, щоб груди і голова «звучали» одночасно.

На початковому етапі автор радить починати всі вправи з легкого «ХА». Цей звук є природним і чутним при мимовільному звукоутворенні (сміху, плачі, риданні, стогоні). Ніяких м'язових зусиль! Ця навичка переноситься на всі звукові вправи, розмову та спів. Примарний тон є найкращим результатом звільнення голосу від напруження. Саме на найзручніших звуках настроюється голосовий апарат, зокрема, трахея, а за нею – і вся звукова система.

Простота вправи, однак, вимагає ретельної уваги і терпіння, бо від правильності засвоєння її залежатиме успіх подальшої роботи з голосом. Природний видих (відсутність зусиль), можна проконтролювати, закривши руками вуха.

Вправа 1.

Мета: контроль над усіма базовими «елементами» розвитку голосу.

1. Створення органу. «Перший рот» відкритий (відстань між зубами – на товщину мізинця).

Нагадування: «другий рот» відкритий при виконанні всіх вправ!

2. Підтягування живота (для приведення діафрагми у вертикальне положення і виконання малого дихання).

3. Провідна рука на грудях.

4. Долоня другої руки прикладена до рота. Вона контролює струмінь повітря. Слідкувати, щоб повітря виходило мінімально – відчуття дуже слабкої теплої повітряної хвилі.

5. Легке вдихання носом – «принюхування» з відчуттям прохолоди в глибині носа, який йде до місця втягування живота (в ділянці пупка). Під час мовлення чи співу не звертати увагу, коли якась дециця повітря пройде і ротом.

Важливе зауваження: Правильне вдихання – це 90% успіху! (при умові, що видих-звук йде автоматично, зовсім без зусиль). Уявити це фізично важливо, хоча й дуже нелегко, бо внутрішня мускулатура працює без конкретних тілесно-м'язових відчуттів, але орієнтація – на холодок в глибині носа!

На початковій стадії варто робити невеличку затримку видихання (3-5 секунд), оскільки це дозволяє підвищити повітряний тиск і повітря починає виходити з організму під впливом різниці тисків – бронхіального і атмосферного. Така затримка дозволить

переконатися, що видих йде сам собою під впливом гладкої (внутрішньої, периферійної) мускулатури.

Отже:

6. Затримка дихання (3-5 секунд).

7. Відпустити дихання і спостерігати, як звук плавно виходить з тіла *крізь мікроскопічну щілину в зв'язках* без зусиль. Добиватися, щоб виходив щонайтихіший *звук-стогін* – «ХА». Цей момент і є несвідомим (мимовільним) керівництвом диханням. При цьому *груди і голова повинні звучати одночасно*.

8. Встановлення зручного ритму дихання.

Найбільша загроза – втрата контролю! Треба бути дуже уважним. Частіше робити перерви.

Перспектива: необхідно добитися, щоб перша вправа виконувалась зовсім без напруження. Повинно скластися враження, що її можна виконувати круглодобово. Якщо появиться найменша незручність і дискомфорт – необхідно припинити вправлятися, відволіктися і розслабитись, а відтак, знову розпочати тренування.

Вправа 2. Закрите положення рота.

Мета: контроль за витіканням повітря, розвиток координації спільного звучання головного і грудного резонаторів.

Губи зімкнуті, зуби розімкнені. Провідна рука на грудях, друга – на маківці. Легке вдихання в «другий ніс» з відчуттям прохолоди в глибині носа, який йде до місця підтягнутого живота. Через ніс на стогоні легко видихнути якнайтихіший звук. Слідкувати за відсутністю найменшого напруження. Час виконання – 2-3 хв.

Нагадування: кожна вправа виконується не менше 8-ми разів.

Вправа 3. Напівзакрите положення рота.

Мета: відкриття «другого рота», контроль ротового і носового витікання повітря.

Губи ледь розімкнені, майже торкаються між собою. Зуби зімкнуті. Руки на грудях і голові. Зосередити увагу на відчуттях вібрацій в грудях. Без найменшого напруження. Легке вдихання в «другий ніс» з відчуттям прохолоди в глибині носа до місця втягнутого живота. Крізь ніс і рот на стогоні легко видихається якнайтихіший звук.

Вправа 4. Із закритим носом.

Мета: контроль за витіканням повітря ротом.

Рука на грудях, інша закриває ніс. Вдихнути стогоном з відчуттям прохолоди в роті і до місця втягування живота. Видихнути якнайтихіший звук, слідкуючи, щоб повітря не «било» в ніс.

Вправа 5.

Виконується перша вправа (повернення на початкову стадію, але на більш професійному рівні).

Настроюючи примарний тон, в подальшому необхідно навчитися змінювати (інтонувати) його, використовувати його при вимові окремих слів і фраз. Тобто, навчитися розмовляти своїм природним голосом, а згодом і співати, як це робив Шаляпін – поєднуючи воєдино мовлення і спів.

Ці вправи корисні і для розширення чуттєвості всіх систем організму, роблять психіку виконавця більш тонкою і керованою, відновлюють сили, знімають напругу організму загалом,

покращують сон. *Ці вправи – головні настроювачі голосу і всього організму людини.*

Додаткові вправи

1. Видих-стогін на глибокому «ХА»(живіт підтягнений, «другий рот» відкритий, повітря ледь просочується крізь зв'язки), без участі голосу на всіх положеннях рота. При виконанні не допомагати звуку, а ніби спостерігати з боку. Вправа надзвичайно корисна, бо її можна виконувати, практично, всюди, зрештою, так дихати завжди (за медичним визначенням К.П.Бутейко – це формула життя – видих більший за вдих).

2. Після пробудження зі сну варто кілька хвилин просто полежати, легко видихаючи з тихим звуком. Руки можна тримати на грудях і під головою, на голові – на будь-яких точках, які хочеться «почути».

3. Лежачи на животі, трішки підняти верхню частину тіла і утримувати себе на зігнутих ліктях. Долонями затулити очі. В цій позі дихання завжди правильне. Зробити легке вдихання носом, долю секунди затримати його і дати йому вийти зі звуком. Незвично низький звук характерний для резонування всього скелету. Таким чином виробляється навичка автоматичного мимовільного видихання без зовнішньої мускулатури. Працює вся резонаційна система. Крім того така вправа є профілактикою від очних захворювань (отримуються корисні вібрації). Організм привчається до великого міцного голосу.

УРОК 3. Інтонування (третій секрет Шаляпіна)

Варто перетворити цю частину занять на гру, а не важку роботу, щоб розкріпачити психіку і, відповідно, м'язи.

Загальні вказівки

Необхідно навчитися піднімати будь-який тон так само, як і при виробленні примарного тону(без найменших зусиль).

Пам'ятати про те, щоб не думати про голос (навіть, коли він ледь чутний), а про відкриття «другого рота» і розслаблення зовнішніх м'язів тіла, про мале дихання з підтягненим животом, про «холодок» в глибині носа (гортані). Згодом голос стане «послушним», коли набудеться автоматизм виконання.

Пам'ятати про чотири положення рота (три підготовчих і одне основне) і рук. Увагу зосереджувати на звільненні від найменшого напруження тіла і, зокрема, гортані.

Урок починати зі встановлення примарного тону на стогоні. Після цього переходити до третього уроку. Примарний тон є еталоном природного звуку, тому треба орієнтуватися саме на нього, це – те «м'ясо», яке має бути присутнім в кожному будь-якому звуці.

Вправи для правильного інтонування (всі на стогоні).

Всі вправи повинні починатися спочатку подумки. Тоді робиться легке вдихання у «другий ніс». Не забувати про чотири положення рота: закритий, напівзакритий, з закритим носом, відкритий. Для ефективності варто включати уяву. До кожної вправи підходити, як до театральних етюдів (уявляти себе видатними артистами і співаками: «Мій голос стає вільним, красивим, інтонаційно багатим і насиченим!»).

Наприклад, етюд «В лікарняній палаті»;

Виразно уявити себе в лікарні, з перебинтованою щелепою так, що вимовляти слова неможливо, можна лише утворювати окремі звуки-вигуки. Тіло розслаблене. Хочеться пити і необхідно покликати медсестру.

Загальні правила для цих вправ:

Насамперед, вибрати зручний для себе темп. Поступово збільшувати тривалість звуку. Змінювати темп від дуже повільного до повільного (щоб краще засвоювалась навичка, щоб насолодитися вібраціями в грудях і у всьому тілі і щоб збільшити лікувальний ефект вібрацій на весь організм).

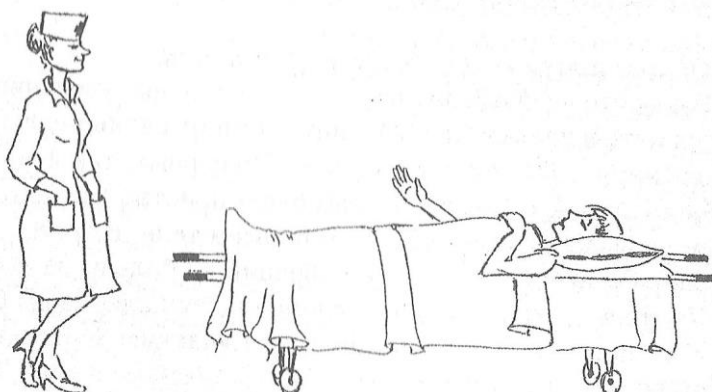
Необхідно навчитися відчувати повну свободу: звук йде сам собою, без впливу гладкої мускулатури.

Нагадування: через 15 хвилин, обов'язково робити перерву(3хв.).

Перед виконанням інтонаційного вигуку необхідно встановити примарний тон-стогін і на одному диханні з'єднати його з інтонаційним сигналом – стогоном-вигуком.

Вправа 1. Одинокий сигнал. Стогін-прохання: «Підійдіть!» (звук, схожий на щось середнє між «а-а» і «о-о»).

Провідна рука на грудях, друга – жестикулює у відповідності до інтонації. При кожному піднятті тону робити м'який зазивний жест вільною рукою (це допомагає збільшити виразність інтонації через уяву).



Виконання: спочатку – вимовити подумки. Кількість повторень безмежна. Наступний етап: легке вдихання у «другий ніс» з відчуттям прохолоди в глибині носа до місця підтягнутого живота. Зробити примарний тон і через 2-3 секунди підняти голос трохи вгору, а потім – опустити до зручного низького рівня (нижче примарного тону). Всі звуки відбуваються *на одному видиху*.

Виконувати вправу в чотирьох положеннях рота.

Вправа 2. Подвійний сигнал. Інтонація незгоди (на стогоні).

Уявити, що медсестра принесла не те, що потрібно. Виразити незгоду (подвійний звуковий сигнал для передачі слів «не те, не те», подібний на «е-а, е-а»).



Виконання: спочатку – подумки. Кількість повторень необмежена.

Дальше – легке вдихання в «другий ніс» з відчуттям прохолоди до місця підтягування живота і утворенням примарного тону (2-3 сек.). В цей же момент голос рухається вгору і зразу ж вниз в зручному діапазоні на одному видиханні. Вільна рука рухається в ритмі голосу: при підвищенні звуку – в один бік, при пониженні – в інший до початкового положення. Темп поступово сповільнюється, а звуковий діапазон збільшується.

Виконання – в чотирьох положеннях рота.

Вправа 3. Подвійний сигнал. Інтонація згоди (на стогоні).

Уявити, що медсестра принесла саме те, що треба. Інтонацією виразити згоду (подвійний сигнал згоди: «так, так», щось на кшталт: «ага»).

Голос подається так само, як і при незгоді (у минулій вправі), але інтонаційно – протилежно.

Вільна рука плавно рухається в ритмі голосу від середньої точки вниз і назад. Амплітуда руху – менша, ніж при незгоді... Якщо в другій вправі рука рухається по прямій лінії, то в цій вправі – це круговий рух, подібний до траєкторії еліпса.

Голос йде вниз від примарного тону.

Виконання: спочатку – подумки. Дальше – легке вдихання «в другий ніс» з «холодком» і втягненим животом. Примарний тон понижується (інтонація згоди). Все – на одному диханні і в чотирьох положеннях рота.

Вправа 4. Потрійний сигнал. Заколювання дитини (на стогоні).

Примарний тон то піднімається, то опускається на рахунок «раз, два, три» (подумки можна промовляти «ба-ю-бай»). Вільна рука імітує коливання.

Виконання: спочатку – подумки. Потім – легке вдихання у «другий ніс» до втягнутого живота з відчуттям прохолоди. Утворити примарний тон. Від цього тону голос рухається так, ніби заколює дитину. Цю вправу можна розширити (в межах будь-якої відомої колискової, наприклад: «Ой, ти, коте, не ходи, спить дитина, не збуди», чи: «Люлі, люлі, люлечки»).

Вправа 5. (на стогоні).

Чотирма короткими сигналами виразити інтонацію просьби, потім з коротким придиханням повторити вправу. Формула: вдихання, а-а-а-а, вдихання, а-а-а-а і т.д. Цінність цієї вправи полягає в тому, що після опанування системи буде достатньо її виконати в межах кількох секунд і голос настроїться.

При кожному піднятті тону вільною рукою робити м'який закличний жест («Підійдіть!»), чим збільшується виразність інтонації за рахунок уяви.

Виконання: спочатку подумки (кількість повторень необмежена). Потім, як і в попередніх – легке вдихання в «другий ніс» до втягнутого живота з відчуттям прохолоди. Виконати примарний тон і тут же виразити інтонацію просьби за допомогою звуків «а-а-а-а» на одному диханні. Виконувати в чотирьох положеннях рота.

Увага: вправа дуже корисна для відпрацювання резонансної системи голосу.



Отже, результат третього уроку: живіт підтягнутий, «другий рот» відкритий, вдихання коротке «другим носом» з відчуттям прохолоди. Трахея видихає сама. Контролюється усвідомленість звуків за допомогою інтонування.

УРОК 4. ВИГУКИ (перехідний етап від домовленнєвого (без звуку) до озвученого (мовленнєвого) рівня). Найважливіший урок курсу і ключ до всієї системи навчання!.

Загальні вказівки: починаючи з цього уроку всі подальші вправи необхідно виконувати двома варіантами не менш восьми разів (спочатку подумки, а згодом відкритим, природним положенням рота). Старатися розтягувати голосні (наспівне мовлення).

Вигуки – особлива мова, яка є своєрідною мовою емоцій і перехідним етапом від беззвучного способу інтонування до озвученого мовлення. Всі вигуки є інтонаційно забарвлені, але на

відміну від інтонацій, вимагають включення артикуляційного апарату, а отже, довільної поперечносмугастої м'язової системи, яка є антагоністичною гладкій м'язовій системі і перешкодою.

Всі м'язи гортані, язик і губи повинні бути *під контролем свідомості на початковому етапі вироблення навичок* (слідкувати за їх розслабленням). В процесі роботи необхідно поступово збільшувати тривалість останнього звуку, промовляючи вигуки ніби наспівно не втрачаючи контролю над інтонуванням.

Всі вигуки починаються з голосного звуку, вимова якого потребує різного ступеня відкриття «другого», але не «першого» рота. Відомо, що при надмірному відкритті «першого» (справжнього) рота гортань напружується і голос затискається.

Для тренування вигуків: треба тягнути вигуки так, щоб цим можна було б займатись круглодобово, тобто, зовсім без зусиль.

Розміщення вигуків, згідно ступеня розкриття «другого рота»:

«А», «О», «Е», «У», «И», «І».

Підготовчі вправи перед уроком 4

Вигуки вимовляються спочатку подумки, а потім у відкритому, природному положенні рота. Одна рука, як завжди, на грудях, друга – жестикулює відповідно до емоційно-сміслового значення вигуків.

Починати навчання В.Багрунов радить з нейтральної голосної «Е» («А» - найширша, а «У» - найглибша). Виконувати всі вправи в сповільненому темпі (в межах 15 хвилин, після чого робити перерву на 3 хв.).

Для успішного засвоєння цих вправ включати в роботу фантазію і уяву при наявності: підтягнутого живота, відкритого «другого рота», малого дихання. Вдихати в «другий ніс» з відчуттям прохолоди до ділянки підтягнутого живота.

Вправа 1. «ЕЙ» - окликування когось (на стогоні).

Спочатку – подумки.

1.1. Настроїти на «Е» примарний тон і з'єднати з вигуком ЕЙ. Виходитиме «Е-ЕЙ». Утворювати «Е» інтонаційно нижче, ніж «ЕЙ». Така динаміка тону повинна бути присутньою у всіх вигуках. Виконувати відкритим ротом.

1.2. Багаторазове повторення без примарного тону: «ЕЙЄЙЄ-ЕЙЄЙЄ-ЕЙЄЙЄ» на стогоні відкритим ротом.

Нагадування: виконувати вправу не менше 8-ми разів.

Вправа 2. «ОЙ»- вираження переляку, болю, здивування (стогоном).

2.1. Спочатку подумки, а згодом настроювання «О» на примарний тон і поєднання його з вигуком «ОЙ».

Утвориться – «О-ОЙ» (відкритим ротом).

2.2. Багаторазове повторення без примарного тону: «ОЙОЙОЙ»...

Вправа 3. «АЙ»- переляк, біль, докір, здивування, насмішка (на стогоні).

3.1. Виконання: спочатку подумки, потім настроювання «А» на примарний тон, з'єднуючи на одному диханні з вигуком «АЙ». Утвориться «А-АЙ». Виконується відкритим ротом.

3.2.Багаторазове повторення без примарного тону: «АЙЯЯЙ»...Пам'ятати, що перший звук береться завжди нижче, ніж наступні

Вправа 4. Звук «У».

4.1.Подумки. Потім настроювання на «У» примарного тону і з'єднання його з тією ж голосною. Утворюється звук «У-У-У-У». Перший звук «У» утворювати нижче, ніж наступні. Відкритим ротом.

4.2.Багаторазове повторення без примарного тону: «УЙЮЙЮ»...

Вправа 5. «УА» - звук новонародженого (на стогоні).

«У» – прохід звуку трахеєю, а «А» - вихід звуку через ідеально відкритий «другий рот». Гортань цілком розслаблена.

5.1.Після виконання подумки, настроювання на «У» примарного тону і з'єднання його з вигуком «УА». Утвориться «У-А». Виконувати відкритим ротом.

5.2.Багаторазове повторення без примарного тону: «У-А,У-А...»

Вправа 6. «АУ» - перегукування.

Виконання спочатку подумки.

У цій вправі не потрібне настроювання на примарний тон – цю роль виконує фонема «А».

Після вимови «АУ» м'яко зімкнути губи, щоб утворити сонорний звук «М» - це корисно, оскільки швидше запрацює головний резонатор. В стародавніх індійських трактатах поєднання

АУМ вважається звуком, який пробуджує Всесвіт. Виконувати відкритим ротом.

Вправа 7. Чергування «У-А» і «А-У» на стогоні.

Спочатку подумки.

Виконувати відкритим ротом: «У-А»- «А-У»- «У-А»-«А-У»...

Корисно виконувати стоячи, витягуючись ввверх з піднятими руками (у йогів використовується для витягування хребта).

Вправа 8. Комбінування вигуків.

Сенс вправи: для максимального розслаблення м'язів губ і язика при вимовлянні голосних і підготовки їх до поєднання голосних з приголосними, які за своєю суттю є шумовими звуками. Для того, щоб включити третю складову голосу (інтонацію), треба вимовляти не просто голосні, а голосні з наявністю інформаційної складової (інтонацію). Комбінації можуть бути різними: «ЕЄЙЄЙ», «ОЙОЙОЙ», «АЙЯЯЙ», «УЙЮЙЮ»... Виконується відкритим ротом.

Вправа 9. Вигуки і частки з сонорними приголосними:

«АГА», «ОГО», «ОГО-ГО», «УГУ», «ЕГЕ», «ЕГЕ-ГЕ», «ГУЛІ-ГУЛІ», «НО», «НО-НО-НО», «НУ». Виконання, як і в попередніх вправах.

Висновок: живіт підтягнутий, «другий рот» відкритий, коротке вдихання «другим носом» з прохолодою до місця втягнутого живота. Трахея видихає сама. Щелепа, язик, губи цілком вільні. Контролюються голосні і приголосні звуки. Кожен вигук – діамант!

МОВЛЕННЄВИЙ РІВЕНЬ

Головне завдання цього рівня – звільнення гортані від скутості і напруження.

Основні правила для всіх вправ.

Всі вправи виконуються подумки, а потім відкритим ротом *наспівно*. Мінімальна кількість повторів – 8.

На початку уроку виконати підготовчі вправи для настроювання голосового апарата (примарний тон в різних положеннях рота).

Перед кожним словом корисно тренувати коротке дихання (придихання) на вигуках: У-А, А-У, АГУ(г-гортанне - g)!, УХА?. Це в подальшому позитивно проявиться у співі (тренується глибина «У», ширина «А», місце народження голосу – «Х»(УХА), відкриття гортані («другого рота»).

Урок 5. Слова (на стогоні).

Рекомендовані слова автор вважає певними «мантрами», оскільки вони найбільше розвивають голос. Урок можна розбивати на частини і виконувати на свій смак. Варіанти можуть бути різні. Шаляпін говорив, що «працює з кожним словом, як майстер по металу: відшліфовує кожен звук, що складає слово»[5, с.193].

Увесь мовленнєвий рівень відбувається на речитативі (на стогоні). Слова відібрані за українським аналогом(розрядка Г.С.)

Виконання:

У-А, А-У, У-ХА? А-ГУ! Агонія! (Г – гортанне – g).

У-А-, А-У, У-ХА? А-ГУ! Алла! (Г-гортанне)

Для бездоганного ефекту автор рекомендує вимовляти кожне слово 16 разів (8 – подумки і 8- з відкритим ротом).

А(ширина голосу) – ага, агонія, агу, Алі, Алла, алея, алілуя, алло, алое, амініь, аналог, аналой, ангел, ангіна, англоман, анемія, анілін, аномалія, анонім, Анна, аха-ха, аул, аум. **Я** (й-ааа)- яга, ягель, ял, яловий, яма.

У(глибина голосу): уголь, угу, гуру, унія, укол. **Ю**(й-ууу) – юань, юга, юнга, юний, Юля.

О: ого-го, оленина, олень, Ольга, ОМОН, оно, ох, охо-хо;

Е: елегія, Елла, елінг, емаль, Емма, Ему, ех, ехо, ехе-хе;

І: іго, Ігор, ігумен, ільм, імам, іменини, Інга, іон, іній;

Інша важлива ознака благозвучності слів – наявність в них сонорних (Л,М,Н).

Л: лама, легальний, ліга, лема, льон, лінь, лінія, ліана, лілія, лимон, лиман, лінолеум, луна, льє, ліжко;

М: магія, магма, маєток, Майя, малина, мало, мама, мамалига, мангал, махаон, манго, меню, міна, мінімум, мулла, мумійо, міль, монгол, мило, Муму;

Н: нал, налим, НАН, небо, немилість, німий, Ніна, неон, нога, нуль, нона, ноу-хау, нуга, няня, Неллі;

Г- гортанне (g) - (для відкриття «другого рота»): гага, гала, глаголь, геній, геніальний, ганок, гудзик, газда, гута, гоголь-моголь, гедзь, ґрунт;

Г- (придихове) – горб, герб, гімн, ген, генеалогія, голий, гордий, гонг, гуманний, гулянка, гуни, Ганна, Григорій;

Х (для контролю повітря, яке проходить мінімальним отвором в гортанних складках): хамелеон, Хам, хімія, хі-хі-хі, хуліган, холуй, хорт, характер, хінін, хіна;

Підсумок п'ятого уроку: живіт підтягнутий, «другий рот» відкритий, коротке вдихання «другим носом» з прохолодою до втягнутого живота. Трахея видихає сама. Щелепа, язик, губи вільні. Контролювати виразність голосних і приголосних звуків.

Урок 6. Найзручніші фрази (на стогоні).

Нагадування: Фрази розтягувати на наголошених голосних.

Вправа 1. Слово «Я» (ІА).

Щоб не перетворити в механічне повторення, необхідно ввести інтонацію: наприклад, ситуація, коли постійно задають питання, які викликають різні емоційні реакції – позитивні, негативні...

1.1. Запитувальні інтонації (вправи на підняття тону голосу).

Виконуються спочатку подумки, а тоді природно відкритим ротом; *Подаються три варіанти емоційної реакції – слабка, середня і сильна:*

1.1.1. Подумки уявляємо, що хтось сторонній запитує: «Це ви пошкодили мій мобільник?». Ваша відповідь: «Я?...»

1.1.2. Уявляємо стверджуюче запитання: «Це ви ударили дитину?!»

Відповідь: «Я-а??...»

1.1.3. Уявляємо запитання-звинувачення: «Це ви рилися в моїй валізі?!» Відповідь: «Я-а-а???».

1.2. Подаються варіанти вироблення стверджуючої інтонації:

1.2.1. Уявляємо запитання: «Це ви отримали премію?» - «Я!».

1.2.2. Запитання: «Це ви виступали по радіо?» - «Я-а!!!»;

1.2.3. Запитання «Це ви стали чемпіоном з шахів?» - «Я-а-а!!!».

1.3. А Я?

Контекст виконання може бути різним. Потрібна реакція найкраще виконується в парі: на ствердження одного: «Я йду» - відповідь іншого: «А Я?».

Вправа 2

Уявити, що медсестру звать *АННА*. Використовувати різні емоційні інтонації і такій послідовності: «*Анну! Ханну! Ганну!* (*г-придихове- укр.*), *Ганну!* (*г- гортанне – рос.*).

Найперше, з метою настроювання голосу, потрібно «запустити» основні параметри: глибину «У» і ширину «А». Тому спочатку опрацьовується вимова: «УА»-«АУ», потім: «У-ХА?» (запитувальна інтонація) і «А-ГУ» (стверджуюча інтонація).

Приголосна «Н» сонорна, тому озвучена, добре тренує координацію язика – провідного артикуляційного органу мовлення. Звук «Х» перебуває на стику дихання і голосу і тому приводить голосові зв'язки в ідеальний голосотвірний стан. Це добре відчувається, коли прикласти руку до сонячного склепіння. Звук «Г»(придихове) сприяє відкриттю «другого рота».

2.1. У-А – А-У УХА? АГУ!

Аа-нн-у-у-у! (протягувати звуки) – подумки (не менше 8-ми разів).

Виконувати у висхідній інтонації (просьби) відкритим ротом. Провідна рука на грудях, а друга робить жест до себе.

2.2. У-А – А-У Ха-анн-у-у! Так само, (на стогоні).

2.3. У-А – А-У УХА? АГУ! Га-анн-у-уу!(г-придихове). Так же.

2.4. У-А- - А-У- УХА? АГУ! Га-анн-у-у-у! (г- гортанне).

2.5. МАМА! МАМУ! Закріплення навички. Ті ж дії, як і в попередніх вправах. Приголосні звуки необхідно навчитись вимовляти настільки швидко, щоб вони не «запирали», не блокували гортань, яка має бути завжди відкритою і вільною.

В подальшому – поєднання сонорного «Н» з губним дзвінким «М» (на стогоні): «Анна» - Гамму (г-гортанне).

Отже: живіт підтягнутий, «другий рот» відкритий, коротке вдихання «другим носом» до місця підтягнутого живота з відчуттям прохолоди, Трахея видихає сама. Щелепа, язик і губи ненапружені.

Урок 7. Фрази для закріплення навички (на стогоні).

Правила для всіх вправ: виконання подумки (не менше 8-ми разів),

а згодом відкритим ротом. Після 15-ти хвилин робити перерву 3хв.

Звуки і слова протягувати (на стогоні).

Вправа 1.

Питання: У-А – А-У УХА? АГУ! ГАГА, ГОГУ, ГЕГУГИ?

Відповідь: У-А - А-У УХА? АГУ! ГАГА ГОГУ ГЕГУГИ.

Вправа 2.

Питання: У-А - А-У УХА? АГУ! УЛЯ У ЮЛІЇ?

Відповідь: У-А – А-У УХА? АГУ! УЛЯ У ЮЛІЇ.

2.1. Наголос на другому слові

2.2. Наголос на першому слові.

Урок 8 Робота з текстом (на стогоні).

Текст вибирається для вироблення наспівного мовлення (з віршів Т.Г.Шевченка, куплетів народних пісень тощо):

«Сонце низенько, вечір близенько,

Спішу до тебе, моє серденько...».

«Чом, чом, чом, земле моя,

Так люба ти мені, так люба ти мені...»

«Ой, зійди, зійди, ясен місяцю,

Як млиновеє коло...»

Головна мета всіх етапів роботи над голосом – поєднання мовлення і співу в одне ціле. Обидва резонатори голосу – грудний і головний повинні звучати водночас (з більшою чи меншою інтенсивністю).

Видатний Ф.Шаляпін на перше місце ставив *слово*, на друге – *рух*, на третє – *жест*, а на четверте – *голос*. 90% свого часу співак віддавав роботі з голосом подумки. Внутрішнім слухом він пропрацьовував увесь свій репертуар.

Питання для перевірки знань:

1. Які основні критерії роботи з голосом в методиці В.Багрунова?

2. Чим відрізняється методика В.Багрунова від попередніх?

3. Що вважає автор найважливішим у роботі над голосом?

4. Які три «феномени» Ф.Шаляпіна опрацював автор?

5. В чому полягає методичний комплекс В.Багрунова?

6. Яка різниця між мовленням і співом «на стогоні»?

7. Які основні вимоги в методиці В.Багрунова?

Г) КОНЦЕПЦІЯ ПАВЛА ТЮТЮННИКА

Керівника Центру постановки голосу «Українське бельканто» як духовно-морального ядра мистецтва співу

Науковий світогляд філософії, як матері всіх наук, впливає насамперед з духовно-моральної основи людського буття, шкала цінностей якого полягає в місійності Людини. Автор стверджує: «Людина – це Місія, суть якої достойно і повноцінно представити свій Рід у цьому Світі. Все Родове Дерево – кожен листочок, кожна його клітинка – має жити в цьому Райському Саду. Служіння Роду, служіння Красі – у цьому Таємниця людини, Таємниця її безмірності, Таємниця її Місії, її Покликання». Отже, відродженням національного Духу може стати лише «Жива Пісня». Сучасній вокальній педагогіці належить «відродити Співоче Поле у душах наших і в житті спільному» - переконаний автор. Феномен Живої Пісні полягає в повній віддачі виконавця співу, до самозабуття, «захлинаючись ним, згоряючи в ньому». «Насправді Пісня співає його, а не він пісню. Люди чують і бачать це диво» - наголошує П.Тютюнник. А Пісня, виконана спільно, багатотисячним хором живих голосів, стає «тим «Віче», яке може відповісти на будь-які питання і розв'язати будь-які завдання Буття» - так дещо пафосно звучить основне Кредо автора «Школи українського бельканто» з Макіївки (Донеччина). Відомий співак Олексій Кузнецов – переможець першого «Х-фактора» - його учень. Для П.Тютюнника – пісня, як і спільна молитва – має

безмежний вплив на людські відносини, бо вона здатна перетворити світ. «Коли співає справжній співак, то відбувається диво: слухачі потрапляють під його гіпнотичну дію і готові летіти туди, куди летить його натхненна душа. Він веде їх за собою».

Таким чином, в основі авторської концепції виховання голосу лежить розкриття у співакові найтонших рис «самого себе», того емоційно-духовного стану, який би дозволив позбутися упередженості і страху перед слухачами, віднайти через пісню сакраментальні тайники душі, заглибитися у фантастичний світ художнього образу і поділитися теплотою цих переживань, бо по-справжньому співає лише Дух високий.

Щоб зрозуміти свої вокальні можливості в практичній роботі, автор радить використовувати замість спеціальних вправ всі види звукових ефектів: елементарний крик, звуки пташиних трелей, емоційні інтонаційні вигуки, регіт, тобто, віднаходити в собі рівень таких емоцій, які б розкрили одухотворений стан, коли «душа горить», бо «...якщо не фонтануєш – ти не живеш. Фонтан б'є від переповненості, вдячності, захвату перед красою світу», а... це – і є спів, це – живе життя». В розумінні П.Тютюнника – треба співакові з перших же уроків «дозволити собі жити на високих емоціях», бо тільки енергія живого Буття дозволяє йому виформувати в собі гаряче серце. Для того, щоб розбудити і розспівати природний голос автор радить «йти від самої глибинної суті, хапатись і міцно триматись за найтонший нерв, за саму серцевину! Завжди співати про найдорожче. Про головне! Про найвищу Мрію! Про втрачений Рай!». А для цього потрібне повне перевтілення: кожна пісня – «лебедина», вкладаючи у пісню все, і навіть більше...», «...втілювати і втілювати образи пісні – йде божественне творення».

Щодо техніки співу, переконаний автор, то її не варто розвивати окремо, бо вона розвивається сама собою як наслідок. За таким співом, вважає маестро, стоїть незвична фізіологія: на тілесному (фізичному – Г.С.) рівні працює мембрана, а не гортанні зв'язки. Мембрана в нижньому кінці трахеї і свистки вищого порядку в бронхах включають цілий «оркестр». Тоді й чується

загальне звучання, оскільки «оркестр» працює в незвичайному: парадоксальному бронхіальному диханні. Робота бронхів не контролюється мозковими центрами. Т.зв. гладкі м'язи бронхів не підпорядковуються нашій волі, але практика доказує, що бронхи чудово реагують на емоції, а отже, вся дихальна система піддається керівництву і абсолютно залежать від емоційного стану виконавця. Тому, для виконавця важливо запам'ятовувати відчуття у співі, намагаючись їх відновити при потребі в різних творах. Ці відчуття важливі лише в процесі навчання, бо у виконавській діяльності контроль вже не потрібен. Діафрагма у поєднанні з «парадоксальним» («бронхіальним») диханням роблять чудеса. «Спів – це транс, це – екстаз, це - політ», «...це – система психологічного й психофізичного налаштування, безперечно – це і світогляд, це – шкала цінностей...», бо «голос не включають – він виринає з душі від переповненості емоціями» - наполягає П.Тютюнник. Техніка співу є нічим іншим, як свободою звучання голосу. Треба бути актором і художником. Все це об'єднується в сучасну «Школу українського бельканто», автором якої є Павло Тютюнник. Основне кредо названої школи: «Коли співається». Саме цей метод, на думку автора, забезпечує психокорекцію особистості, «завдяки подоланню страхів та комплексів і наверненню людини до своєї природи, до свого єства. Це і є стан Творця як такий». Гратися потрібно не звуками, а настроєм, інтонаціями, відтінками голосу. Спів – це гра життєвих фарб.

Висновки. Отже, використання креативних методик у співацькій діяльності дозволяє розширити коло прихильників співу і збагатити процес становлення співацької культури загалом, розкриває нові горизонти творчих можливостей в різновікових категоріях.

Питання для закріплення знань:

1.Що входить в поняття нетрадиційного підходу до співацького процесу?

2.Чим вирізняється креативне «бачення» від традиційного (класичного)?

- 3.Що є спільне і відмінне в методиках педагогів-новаторів?
- 4.Які «заборони» визначені В.Ємельяновим як основні показники якості звучання голосу (дитячих та чоловічих)?
- 5.Що лежить в основі методики П.Тютюнника?