



CENTRAL ASIAN JOURNAL OF ARTS AND DESIGN

Journal homepage: <https://cajad.centralasianstudies.org>

ПОСТАНОВКА ГОЛОСА – КАК ВЫЖНЫЙ ФАКТОР ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ПЕНИЯ

Умиджон Йулдошев

пропедагог кафедры "Вокал" Государственного института искусства и культуры
Узбекистана

Аннотация: В данной статье рассматриваются вопросы как постановка певческого голоса, постановка правильной речи, с чего нужно начинать, как дыхание влияет на пение, как узнать какого типа голоса имеет ученик, какие произведения нужно выбрать, с чего начинать урок.

ARTICLE INFO

Article history:

Received 10-Jul-2023

Received in revised form 17 Jul

Accepted 18-Aug-2023

Available online 24-Oct-2023

Ключевые слова:

Постановка голоса, дыхание, техники дыхания, правила пения, вибрато, типы голосов, вокально педагогический репертуар

ВВЕДЕНИЕ

Профессиональная деятельность оперного артиста как музыканта относится к той сфере певческого искусства, где требование к звучанию голоса певца как к звучанию благородного музыкального инструмента имеет особое значение. Технически совершенное пение (вокальная школа) является фактором, по которому прежде всего оценивается мастерство оперного певца, и способность петь, сохраняя фонетическую ясность вокальной речи в сочетании с тембрально насыщенным, и вместе с тем ярким, полётным звучанием голоса, динамически и звуковысотно устойчивым на диапазоне не менее 2-х октав - является одним из основных требований профессии оперного артиста, тем необходимым условием, которое обеспечивает певцу возможность реализации своих художественных намерений[1;22].

Для того чтобы воплотить в реальность данные качества певца необходимо начинать из правильной постановки голоса. Целью постановки голоса является обучение начальным навыкам пения.

Анализ научной литературы показал, что осмысление проблем улучшения человеческой природы через познание, через изучение диалектики отношений чувственно-воспринимаемого и умопостигаемого, начатое Античностью в трудах Демокрита, Платона, Аристотеля и перенесённое в трактаты об основах музыки Плутарха, Боэция, заложили основу для формирования знания посредством теоретических и эмпирических наблюдений. Немалое значение данной проблеме было уделено в философских трудах последующих эпох (Ренессанс, Барокко, Просвещение), которые многими нитями были связаны с Античностью[2;8].

АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРЫ И МЕТОДЫ

Анализ специальной научной литературы показал, что большинство современных исследований, в поле зрения которых попадают вопросы формирования певческого аппарата, отражают, главным образом, физиологические основы его формирования, и методику его постановки (В.А. Багадуров, Л.Б. Дмитриев, А.П. Зданович, Н.Ф. Лебедева, В.П. Морозов, П.А. Органов, С.Н. Ржевкин, Е.А. Рудаков, Г.П. Стулова, Г. Фант, В.Л. Чаплин, С.П. Юдин, В.И. Юшманов, И.Я. Яковлева). При этом следует отметить, что вопросы голосообразования и методики обучения пению раскрывались исключительно в опоре на вербальную коммуникативно-ассоциативную модель - «как будто», являющуюся основной в данных работах.

Особое внимание в отдельных работах уделено совершенствованию исполнительского мастерства, междисциплинарным связям, вопросам последовательности и преемственности в воспитании певца, которые пользуются сегодня в музыкознании особым вниманием (Н.И. Ефимова, В.Н. Левко, М. Мелани, В.И. Сафонова, Г.П. Стулова, В.Л. Чаплин, Е.Ю. Шарма, А.С. Яковлева, В.И. Юшманов). Глубоко и всесторонне изучены и проверены на практике вопросы голосообразования и дыхания, что отражено в трудах М.И. Глинки, Ю.А. Барсова, Л.Б. Дмитриева, В.П. Морозова, С.М. Сонки, Р. Юссона.

Сегодня проблема становления вокалиста всё больше привлекает внимание педагогов-исследователей, среди которых: Э.Б. Абдуллин, М.С. Агин, Л.Л. Алексеева, Ю.Б. Алиев, И.Ю. Алиев, О.А. Апраксина, Т.И. Бакланова, Н.А. Ветлугина, Л.С. Зорилова, А.Г. Казакова, О.Г. Ланщикова, Э.И. Петрова, И.В. Сахнова, Р. В. Сладкопевец, М.Б. Сидорова.

Она включает в себя не только комплекс упражнений, но и развитие слуховой культуры исполнителя. Поэтому педагог дает не только различные упражнения ну и записи других певцов, так как зажатость в голосе неправильно исполнении неудобства в исполнении могут быть связано с неразвитостью слуховой культура, ведь по радио по телевизору редко можно услышать оперные арии или просто правильно исполнении певцов. Многие современные исполнители, чтобы привлечь к себе внимание, начинают придумывать себе броскую, но не верную манеру пения, подражание которой может привести не только к неудобствам, но и травмировать голосовые связки.

Следующей частью постановки голоса является формирование дыхательной опоры. Это различные упражнения с медленными выдохами, шипением, толчками воздуха диафрагмой предназначены для того, чтобы голос имел твёрдую дыхательную опору при пении. Голоса с не поставленным дыханием звучат очень тускло и их характерной особенностью является невозможность удержания длинных нот. Они начинают тускнеть и постепенно терять окраску и чистоту интонации, поэтому поставленное дыхание позволит вам легко петь ноты различной длительности. Занятие по постановке голоса включают в себя и снятие различных голосовых

зажимов, которые могут препятствовать не только легкому пению, но и чистой артикуляции. У новичков часто встречается нестыковка речевого голоса с вокальным, поэтому им становится трудно произносить слова при пении. Этот барьер легко преодолеть, когда будут сняты все зажимы голоса, так же избавиться от дискомфорта не только во время пения, но даже и в разговорной речи. И в этом помогут вокальные упражнения и распевки для начинающих, простые, но полезные. Также в зависимости от результатов обучения, преподаватель может давать упражнения для постановки голоса в наиболее подходящем для голоса студента. Кроме того, постановка голоса формирует лёгкое пение на различных участках диапазона певца. Таким образом будущий певец сможет легко петь не только высокие ноты, но и низы. Когда человек научится петь свободно и уверенно, то его голос будет иметь чистую интонацию, основанную на хорошо поставленном дыхании, тогда сможет выбрать направление для дальнейшего обучения вокальному искусству. Для кого-то это будет народное или академическое пение, кто-то выберет эстраду или джаз. Главное – желание петь, а преподаватели подскажут, как научиться петь с нуля и помогут сделать первые шаги в этом прекрасном искусстве.

ОБСУЖДЕНИЕ И РЕЗУЛЬТАТЫ

Дыхание условно подразделяется на следующие типы:

1. Ключичное, или верхнее дыхание. Если исполнитель замечает, что его плечи “скачут” во время пения, то он использует именно его. Это самый поверхностный тип, при котором активно задействованы только верхние части легких;

2. Грудное, или межреберное. Нужно обратить внимание на грудь: она не должна опускаться и подниматься во время пения, но должна быть ровной. При этом типе дыхания грудная клетка расширяется посредством поднятия ребер, при этом главная дыхательная мышца — диафрагма — остается малоподвижной;

3. Брюшное, или диафрагмальное. Это наиболее полный, глубокий тип. Именно оно и используется при пении: будущий певец должен научиться правильно использовать диафрагму и мышцы брюшного пресса при пении.

Итак, певческое дыхание — это именно брюшное, или диафрагменное дыхание. Способ “брать воздух” является главным фактором, определяющим качественные характеристики получаемого звука. Поэтому постановка дыхания при пении является одной из наиболее важных задач для того, чтобы научиться красиво петь. Именно “певческая опора” (субъективное переживание в области торса во время пения, по сути — поставленное дыхание), создаваемая правильно удерживаемым дыханием, ведет к стабильности вокала, то есть выдерживанию стабильного ровного звука.

По факту, умение дышать во время пения определяет силу и продолжительность звучания воздуха, который есть — с учетом его правильного расходования при звукоизвлечении — хватит на несколько криков в длину, но проблема заключается в том, что не хватает кислорода: поэтому необходимо “найти опору”, а также научиться ее “сбрасывать” после каждой пропетой фразы.

Как писал в своих воспоминаниях Федор Иванович Шаляпин, известный русский оперный певец, его учитель, тенор Дмитрий Усатов, подходил к своим ученикам, бил их в грудь и восклицал: “Опирайте, черт вас возьми! Опирайте!”[3]. Певческая опора — одно из самых загадочных понятий в вокале. Все описывают ее по-разному. Как мы уже сказали, опора — это субъективное ощущение в области торса, возникающее при правильном диафрагменном

E-mail address: editor@centralasianstudies.org
(ISSN: 2660-6844). Hosting by Central Asian Studies. All rights reserved.

дыхании во время пения. Простыми словами, это ощущение внутреннего давления. Например, вы чувствуете “опору” в тот момент, когда кашляете (в утрированной форме) или, предположим, фыркаете на кошку.

Наша вокальная мышца — диафрагма — находится в согнутом положении. Когда мы берем воздух именно в нижнюю часть легких, они тут же надавливают на диафрагму, и диафрагма расправляется. Наша главная задача при пении — сохранять воздух внутри как можно дольше и аккуратно подавать его на голосовые связки: небольшими порциями и равномерно. Именно в этом заключается секрет равномерного, мягкого голосообразования: через косвенное управление диафрагмой мы препятствуем сплошному скоростному выходу воздуха, который препятствует нам тянуть ноту.

Самое нужное ощущение, которое поможет взять воздух именно диафрагмой и расширить ребра — это испуг. Для этого нужно спровадировать испуг и сразу можно почувствовать, как ребра расширились. Зафиксировав это ощущение, когда мы собираемся в эту позицию (как бы “группируемся”, создаем “воздушную точку” внутри), мы работаем с нашим внутренним давлением: это давление, эту “опору” нам и нужно удерживать.

Также важно не забыть о том называемом “сбросе опоры”. Сброс опоры необходим для того, чтобы перед каждой новой фразой, после вдоха, должен быть стабильный, стандартный набор воздуха и определенное давление, с которого легче всего начинать. Поэтому необходимо выдыхать после завершения фразы резко: таким образом сбрасывается оставшийся после пропеты фразы воздух. Выбрасывая воздух, можно почувствовать как бы “толчок” диафрагмой вперед. Разобравшись, что такое опора, только тогда можно переходить непосредственно к упражнениям.

Соблюдать технику безопасности при пении крайне важно. Это поможет избежать таких проблем, как, например, разрыв связок. Во время самостоятельных занятий нужно соблюдать несколько простых правил:

1. Не начинать заниматься сразу, как только проснулись, так как связки наполнены водой.
2. Не петь, не разговаривать шепотом при воспалительных процессах гортани.
3. Отложить занятия во время менструации: связки крайне уязвимы из-за притока крови.
4. Несильная боль в области диафрагмы и брюшных мышц во время занятий — это нормально; мышцы тренируются, как и любые другие. Но если ощущается недомогание, появилось головокружение или слабость — нужно отложить занятия до следующего раза.
6. Не раздражать слизистую гортани перед пением! Отложить все сладкое и соленое.
7. Не петь “всухую” — смачивать периодически горло простой водой: безостановочная циркуляция сухого воздуха также вредна для связок.

Нужно помнить, заниматься исключительно самостоятельно, без контроля преподавателя — достаточно бесполезна, и будущий певец все же рискует сорвать связки. Если он действительно хочет научиться петь, то первым шагом к этому является постановка правильного дыхания при пении.

«В любой вокальной технике, особенно оперной, вибрато играет важную роль. Оно обогащает тембр, делает голос более полным, теплым, приятным для слушателя.

Выразительность так же страдает, ведь без вибрато тембр обедняется, звучит как детский, несерьезный, а это противоречит многим оперным характерам.

Однако прямой звук тоже может быть использован, как краска в определенных сценах, например, когда персонаж болен или потрясен.. Также более прямой звук приветствуется в старинных ариях XVII-XVIII веков, где сильное вибрато или даже «качка» портят все исполнение. Разные культуры поощряют разные типы вибрато, например, азиатская, где оно широкое и медленное, а французские поп исполнители нередко пользуются быстрым и плотным вибрато. Но для оперы это все не подходит.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Главным инструментом певца является голос. Его звучание – ключевой фактор оценки и признания вокальных данных человека. Занятия пением всегда начинаются с определения диапазона и тембра голоса исполнителя. Это необходимо, чтобы понять, в каком направлении стоит развиваться, чтобы добиться максимальных результатов.

Знакомясь с певческим инструментом и особенностями «игры» на нём, певец заново открывает для себя собственное тело. Оно перестаёт быть для него безмолвным носителем внутренних органов и материальной физической оболочкой души. По сути дела он заново открывает своё первое Я, без которого невозможно (и не нужно) было бы развитие его психики и виртуального alter ego - его сознания[1].

В процессе работы над техникой пения с новых для традиционной вокальной методики исходных точек зрения певец практически усваивает профессиональную парадигму мышления — базовую (системную) программу интеллектуальной работы психики, значительно расширяющую его возможности освоения певческой профессии. При этом уже в процессе работы над вокальной техникой певец не только приобретает профессиональное знание своего инструмента и профессиональные навыки «игры» на нём, но и развивает те же психофизические навыки, которые ему окажутся необходимы при знакомстве с психотехникой художественного творчества.

Литература

1. Юшманов, Виктор Иванович Певческий инструмент и вокальная техника оперных певцов <https://www.dissercat.com/content/pevcheskii-instrument-i-vokalnaya-tekhnika-opernykh-pevtsov>
2. Дальская, Валентина Алексеевна «Формирование певческого голоса у студентов-вокалистов средствами визуального моделирования в вузах культуры и искусств» <https://www.dissercat.com/content/formirovanie-pevcheskogo-golosa-u-studentov-vokalistov-sredstvami-vizualnogo-modelirovaniya>
3. Методика постановки голоса О. Павлищева 1964 год
4. Как развить дыхание, дикцию, голос Э.Чарели Издательство: Екатеринбург: Дом учителя 2000 год
5. Диапазон голоса и работа над ним В.Косых Издательство: Тюмень: ТГИИиК 2002 год
6. Научные основы постановки голоса Л.Боровик Издательство: Челябинск: ЧГАКИ 2013 год
7. Nasritdinova, M. (2023). METHODS OF DIRECTING FUTURE MUSIC TEACHERS TO THE PROFESSION THROUGH THE DEVELOPMENT OF THEIR ARTISTIC AND

CREATIVE COMPETENCE ON THE BASIS OF THE ARTPEDAGOGICAL APPROACH. *Science and innovation*, 2(B5), 325-329.

8. Насритдинова, М. Н. (2023). УСТОЗ МУХТОР АШРАФИЙ МАҲОРАТЛИ ПЕДАГОГ СИЙМОСИДА ШОГИРДЛАРИ ХОТИРАСИДА МАНГУ БАРҲАЁТ. *TA'LIM VA RIVOJLANISH TAHLILI ONLAYN ILMIY JURNALI*, 3(2), 303-305.
9. Nurullayevna, N. M. (2022). THE ROLE OF PEDAGOGICAL ACTIVITY IN CREATING A NEW UZBEKISTAN ENLIGHTENED SOCIETY. *IMRAS*, 1(1), 238-241.
10. Насритдинова, М. Н. (2023). ПРИИМУЩЕСТВО КОРОЛЕВЫ ЦВЕТОВ. *Чай*.