

План-конспект открытого урока

ФИО преподавателя Шестакова Оксана Викторовна

Наименование курса, ФИО студента: 4 курс специальности Актерское искусство, вида Актер драматического театра и кино, Бурич Ирина

Учебная дисциплина: МДК Сольное пение

Формируемые компетенции: ОК1, ОК 2, ОК4, ОК5, ПК 1.6.

Тема учебного занятия Организация эстетической функции резонаторной системы путём активизации всех механизмов фонационного дыхания и эмоционально-энергетических затрат обучающегося.

Цель: создание условий для слухового и внутреннего контроля резонаторной системы во время пения музыкально-организованного материала (интонационно-фонационные, вокальные упражнения и вокальное произведение).

Задачи:

Образовательные:

- ✓ Формирование акустико-физиологических резонаторных вокальных навыков;
- ✓ Формирование художественного вкуса.

Развивающие:

- ✓ Развитие мышц дыхательно-голосовой опоры абдоминального дыхания;
- ✓ Развитие резонаторного звучания в пении;
- ✓ Развитие слухового и мышечного контроля во время исполнения вокально-фонетических упражнений и вокального произведения;
- ✓ Развитие музыкальности и логического мышления для построения перспективы в музыкальной фразе и предложении, опираясь на смысловую нагрузку стихотворного текста.

Воспитательные:

- ✓ Умение анализировать и сопоставлять стилистические и жанровые особенности вокального произведения;
- ✓ Умение слышать и выполнять педагогические задачи;
- ✓ Умение фиксировать и закреплять полученный результат.

Тип учебного занятия: комплексного применения умений, навыков и знаний.

Формы и методы обучения: практические, словесные, контроля и самоконтроля.

Образовательные технологии:

1. Личностно-ориентированная (методика Е. И. Чёрной);
2. Фонационно-интонационная гимнастика на основе методик А. Н. Стрельниковой и В. В. Емельянова;
3. Вокальный тренинг на основе методики В. П. Морозова, В. И. Юшманова, К. И. Плужникова.

Требования к результатам освоения темы учебного занятия:

- ✓ Освоенные умения: Взаимосвязь абдоминального певческого дыхания с резонаторной системой. Влияние фонетических механизмов на резонаторное звучание певческого голосообразования. Влияние эмоционально-энергетических затрат на внутренние певческие ощущения и психофизику в целом.
- ✓ Усвоенные знания: Воспитать слуховой и внутренний контроль эстетического резонансного певческого звучания для саморегуляции моделирования энергетики фонационного процесса в самостоятельной работе над вокальными произведениями.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Организация урока: Хорошо проветренное помещение, с наличием кулера с тёплой водой. Форма одежды тренировочная. Прежде чем приступать к вокальному тренингу и далее к работе над произведением, необходимо выполнить дыхательную гимнастику, «запустить» правильное фонационное дыхание, затем «настроить» трахею -

главный элемент звуковой машины, активизируя тем самым энергетику внутреннего пространства грудной клетки - грудной резонатор. После этого переходить на интонационно-фонационные упражнения, настраивающие резонаторные полости «вокальной маски» и развёрнутый купол лобной кости, обеспечивая тем самым активное состояние головных резонаторов и затем, расширяя диапазон вокальных упражнений, подключить всю резонаторную систему, контролируя её эстетическую функцию в упражнениях и в работе над вокальным произведением.

Вступительная часть

Проверить осанку, свободное положение головы, шеи, плеч, корпуса, рук. Должно быть ощущение полной свободы в теле. Правильная осанка создаёт благоприятные условия для функционирования внутренних органов и способствует правильной работе внутренних мышц, участвующих в фонационном дыхании в целом и в абдоминальном в частности. Вялое дыхание влечёт за собой недостаточность работы всего артикуляционно-фонетического механизма и напрямую ведёт к психофизической инертности, которая, в свою очередь ведёт к спаду эмоционально-энергетических затрат и отсутствию саморегуляции к моделированию энергетики фонационного процесса. Чрезмерное напряжение дыхательных мышц приводит к «запиранию» дыхания, и как следствие к зажатости плечевого пояса, перенапряжению окологортанной и ротоглоточной мускулатуры, что в свою очередь даёт резкий и неприятный тембр и отрицательно сказывается на эстетическую функцию резонаторной системы, которая придаёт певческому голосу приятные на слух тембровые качества.

Основная часть

I раздел: Разминка.

Охрана и сохранение здоровья голосового аппарата будущего актёра, главным инструментом которого является голос, отождествляется с основным постулатом вокальной педагогики «не навредить». Организация здоровьесберегающего образовательного и воспитательного процесса на практическом занятии, каковым является «Сольное пение» становится важнейшей задачей и мы используем некоторые упражнения дыхательной гимнастики А. Н. Стрельниковой и фонопедического метода развития голоса В. В. Емельянова

1. Дыхательная гимнастика на основе методики А. Н. Стрельниковой.

Цель: Создать дальнейшие условия для автоматического, не нуждающегося в контролировании сознанием короткого, неслышного и «невидимого» «втекания» новой порции воздуха для настройки абдоминального дыхания. Регулирование дыхания без лишних затрат актерского внимания.

Задача: Запустить в работу внутренние дыхательные мышцы для свободной циркуляции воздухообменных процессов. Освободить руки и верхний плечевой пояс от зажимов.

Примечания к выполнению – 96 вдохов-движений в темпо-ритме усреднённой частоты сердечных сокращений (ЧСС).

Упражнение №1 «Обними плечи». Нотный материал «Коробейники» (р. н. п.), 2 куплета с репризами.

Исходное положение: корпус прямо, руки слегка согнуты в локтях и подняты на уровень плеч кистями друг к другу. В момент короткого шумного вдоха носом, бросаем руки навстречу друг другу, как бы обнимая себя за плечи. Важно, чтобы руки двигались параллельно, а не крест-накрест. При этом одна рука окажется над другой, причём какая над какой – всё равно. Сразу же после короткого вдоха руки слегка расходятся в стороны (но не до исходного положения), в этот момент происходит непроизвольный (пассивный) выдох.

Схема выполнения: руки навстречу параллельно друг другу/**вдох** - руки слегка разводятся/**пассивный выдох**.

р. н. п. "Коробейники"

1. Ой, пол-ным, пол - на ко - ро - бу-шка,
2. Пой - ду вый - ду в рожь вы - со - ку - ю,

есть и си - тцы, и пар - ча. По - жа-лей, мо - я заз-но - буш-ка,
там до но - чки по - го - жу. А за-ви - жу чер - но - о - ку - ю -

мо - ло-дец-ко - го пле-ча! го пле-ча!
- все то-ва - ры раз-ло-жу! раз-ло-жу!

Упражнение №2 «Насос». Нотный материал - «Подмосковные вечера» (В. Соловьёв-Седой, М. Матусовский), (2 куплета с репризами).

Исходное положение: Согнуть спину в поясничном отделе (спина круглая, расслабленная); руки опустить вниз, кисти расслабить, голова опущена, смотрит вниз, в пол; шея расслабленная (не тянуть и не напрягать). Делается плавный наклон вперед (кисти рук во время поклона не должны опускаться даже ниже колен), одновременно с коротким шумным вдохом (вдох короткий как хлопок), затем слегка приподнимитесь, но не выпрямляйтесь полностью – в этот момент абсолютно пассивно уходит выдох через рот или нос. «Насос» напоминает накачивание шины, нужно постараться делать его легко, без лишних усилий и напряжений в пояснице.

Схема выполнения: наклон корпуса/вдох - неполный подъём корпуса/пассивный выдох.

В. Соловьёв-Седой "Подмосковные вечера"

1. Не слы-шны в са - ду да-же шо - ро - хи,
2. Ре-чка дви - же - тся и не дви-же - тся,

все здесь за - ме - рло до у - тра. Ес - ли б зна-ли вы, как мне
вся из лун - но - го се-ре - бра. Пе - сня слы-ши-тся и не

до - ро - ги по-дмо - ско - вны-е ве - че - ра. ра.
слы-ши-тся в э-ти ти - хи - е ве - че - ра. ра.

2. Фонационно-интонационная гимнастика на основе методики А. Н. Стрельниковой и В. В. Емельянова.

Цель: Настроить резонаторные полости грудной клетки и «вокальной маски» певческого голоса в центральном диапазоне звучания и создать условия для активизации головных резонаторов.

Задачи:

✓ Расслабить нижнюю челюсть, активизировать губы и мышцы языка и запустить в работу функцию трахеи, активизируя тем самым грудной резонатор;

- ✓ Создать условия для мягкой атаки звука и активировать масочные резонаторные ощущения в речевом диапазоне певческого звучания;
- ✓ Создать условия для организации певческого «полужевка» и согласовать его со озвучиванием резонаторной полости «вокальной маски».

Упражнение №3 Штро-бас из фонопедического метода В. В. Емельянова.

Исходное положение: корпус прямо, руки свободно висят вдоль корпуса. Мышцы лица расслабить, глаза – полусонные, рот слегка приоткрыть, язык мягкий, плоский, расслабленный – лежит на нижней губе на протяжении всего выполнения упражнения.

Схема выполнения: Штро-бас издавать на гласном [А], хотя указанное положение языка будет этому препятствовать, как и в случае остальных гласных. Далее перевести штро-бас в звуковысотную фонацию в удобном примарном тоне и спуститься поступенным движением, переводя на каждую ноту гласные в установленной последовательности с переходом с последнего гласного в штро-бас. Возникает ощущение трубы в гортани. Упражнение выполняется в медленном темпе.

4a

штро-бас - а-э-ы - штро-бас, штро-бас - а-э-ы - штро-бас штро-бас -

а-э-ы - штро-бас штро-бас - а-э-ы - штро-бас, штро-бас - а-э-ы -

штро-бас, штро-бас - а-э-ы - штро-бас, штро-бас - а-э-ы - штро-бас

штро-бас - а-э-ы - штро-бас штро-бас - а-э-ы - штро-бас.

Упражнение № 4 «ХМычание».

Исходное положение: корпус несколько согнут - верхний плечевой пояс расслаблен, плечи опущены с тенденцией вперёд, голова под своей тяжестью опущена вниз, шея свободна (для проверки покачать головой, как бы говоря «да», а затем «нет»), руки свисают вдоль корпуса как плети.

Примечания. Упражнение начинается со звука [Х], с добавлением к нему сонорного звука [М]. Мы намеренно, пока, разделили их, чтобы более детально разобрать механизм мягкого перехода с глухого звука на сонорный. Для фонации звука Х нужно соединить два приёма – произнесение Х и тёплый выдох. Для этого надо, чуть длиннее протянуть звук [Х] на естественном выдыхании, отслеживая, чтобы передняя часть языка свободно располагалась вдоль всех нижних зубов, затем, через произношение буквы [М] как в алфавите - [ЭМ], плавно сомкнуть мягкими губами в звук [М]. Здесь важно понять, что произношение [Э] в этом случае носит «условный» характер - не нужно специально артикулировать челюстью, формировать в ротоглотке и задерживаться на нём. Но и

закрывать быстро нельзя, (Представьте себе ручеёк через который стоит маленький изогнутый (куполообразный) мостик. Так вот звуку [Э] отведена роль «мостика», по которому [Х], сохраняя рефлекторно образованный купол («полузевок»), плавно, без толчков, но не задерживаясь, на равномерном выдохе перекачивается к свободно сомкнутым губам и преобразуется в резонирующее мычание. Получается нечто среднее между [ХэМ], и [ХМ]. В предыдущем упражнении мы говорили о том, что в самом произнесении звука [Х] мягкое нёбо приподнято в «полузевке». Таким образом, длинно произносимый звук [Х], катится по куполу через условный [Э], предвосхищая мягкую атаку звука [М], который, благодаря куполу даёт устойчивый резонанс всех лицевых полостей «маски». Упражнение выполняется в медленном темпе с наклонами корпуса коротким бесшумным добором воздуха (в нотах обозначен галочкой) к следующей ноте.

Схема выполнения: наклон подъём с быстрым и бесшумным вдохом слог [ХэМ] 4 раза половинными длительностями, делая 4 коротких добора воздуха перед каждой длительностью, либо 2 добора через два звука.

Медленно

ХМ - ХМ - ХМ - ХМ - ХМ ХМ - ХМ - ХМ - ХМ - ХМ ХМ - ХМ - ХМ - ХМ -

ХМ ХМ - ХМ - ХМ - ХМ - ХМ ХМ - ХМ - ХМ - ХМ - ХМ ХМ -

ХМ - ХМ - ХМ - ХМ ХМ - ХМ - ХМ - ХМ - ХМ ХМ - ХМ - ХМ - ХМ - ХМ

Двухэтапное упражнение № 5 «Фонационная Стрельникова» - музыкально-организованные интонационные упражнения на основе методики дыхательной гимнастики А. Н. Стрельниковой.

Примечания. Оба этапа выполняются с учетом сохранения *исходных положений* и движений в *упражнениях № 1 и № 2*. Непроизвольный выдох заменяется звуковысотной фонацией слогов. За счёт этого темп будет чуть медленнее, чем в дыхательных упражнениях. Рот во время движения/вдоха произвольный (как показывает практика, его удобнее держать полуоткрытым). Положение языка, зубов и мягкого нёба на звуке [Х] в начале слога сохраняется по примеру **4 упражнения**. Между этапами остановка не делается.

Схема выполнения: Глотка принимает положение следующего гласного, но не нарочито. Губы нейтральны или пассивно участвуют в артикуляции некоторых гласных. Несмотря на то, что фонация происходит в достаточно короткий промежуток времени, необходимо следить за тем, чтобы слоги не выделялись резкими акцентами, не выкрикивались, а пропевались приёмом звуковедения *non legato*. Для этого надо чуть удлинить произношение звука [Х], чтобы переход на гласный звук произошёл мягко, с тенденцией чуть большего подъёма «полузевка», отзываясь резонансом. Закрывающему слог, звуку [Х] отводится функция расслабления голосовых связок и освобождению всего периферического речевого аппарата. Важно понимать, что расслабление не уравнивается с расслабленностью, вялостью, а напротив – расслабление/освобождение порождает новую энергию.

1 этап:

«Обними плечи»

6б

ха - хэ - хи - хо - ху - хэ - хи - хо - ха ха - хэ -

хи - хо - ху - хэ - хи - хо - ха ха - хэ - хи - хо -

ху - хэ - хи - хо - ха ха - хэ - хи - хо - ху - хэ -

хи - хо - ха ха - хэ - хи - хо - ху - хэ - хи - хо - ха

2 этап:

«Насос»

6в

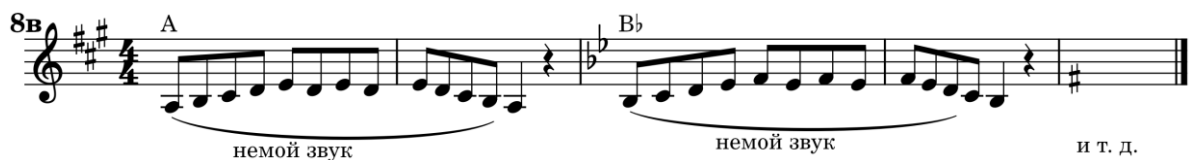
ха - хэ - хи - хо - ху ха' - хэ - хи - хо - ху

ха - хэ - хи - хо - ху ха - хэ - хи - хо - ху

ха - хэ - хи - хо - ху ха - хэ - хи - хо - ху

ха - хэ - хи - хо - ху

Упражнение № 6 «Немой звук». Нижняя челюсть опущена (словно при произношении гласного звука [А]), свободна и расслаблена (не теряя возможности смещаться в стороны), язык мягкий, спокойный. Звук фокусируется над гортанью (в высокой позиции). Упражнение выполняется слитно, на *legato*. Каждая предыдущая нота должна «перетекать» в следующую ноту. Добиваться непрерывного кантиленного «перетекания» из звука в звук помогают ассоциации. С точки зрения ассоциативных впечатлений мелодические интонации рекомендуется отождествлять с какими-то физиологическими состояниями, чувствами, эмоциями или с подражанием животных. В данном упражнении предлагается «плаксиво капризничать» с «подвыванием» на каждую верхнюю ноту. Такой эмоционально-энергетический посыл помогает смодулировать механизм фонации и отследить, как слегка опускается гортань и приподнимается мягкое нёбо, образуя положение «полужевка». Упражнение выполняется до «фа» 2-й октавы.



Упражнение № 7 «Смеющаяся обезьянка или немой смех».

Исходное положение челюсти и языка идентично предыдущему упражнению.

Схема выполнения: исполняется приёмом *staccato*, но принцип работы заключается даже не столько в самом штрихе, сколько в характере исполнения. Сам по себе приём *staccato* в этом упражнении вторичный - он возникает как прикладной способ к достижению основной задачи – имитация смеха маленькой обезьяны. Не надо стремиться к точному интонированию, главное, почувствовать импульсивные движения нёбной занавески и её влияние в настройке высокой певческой форманты.



Упражнение № 8 «Нейтральный гласный».

Исходное положение артикуляционного аппарата: рот прикрыт, губы и зубы слегка разомкнуты, ровно на столько, чтобы проходил воздух, язык, что очень важно, в естественном положении.

Примечания: фонация начинается, как бы подражая скулению щенка, но на заданной высоте и без продыхания, то есть голосовые складки должны полностью смыкаться. Поэтому это условный приём и «скулёж» получается организованным. При этом можно почувствовать лёгкую вибрацию на передних зубах (преимущественно верхних) и физически ощутить верхнюю точку свода твёрдого нёба – «купола» ротоглоточной полости, который резонирует в «маску» (преимущественно в верхних её отделах). По мере поступенного восходящего звуковедения следить, чтобы губы и язык оставались мягкими и свободными, звук направлялся вперёд, а не «заваливался» в глотку. «Купол» необходимо «выращивать» вверх, не теряя настройку высокой певческой форманты и сохраняя исходное положение артикуляционного аппарата, чтобы подготовить переход в открытый гласный, который настраивает резонаторные полости купола лобной кости, обеспечивая тем самым активное состояние головных резонаторов. Таким образом, подготавливается верхняя нота и через мягкое медленное опускание нижней челюсти организованный сфокусированный точечный скулёж переводится в вокальный звук в высокой позиции. Необходимо отследить слуховые и внутренние самоощущения для того, чтобы уметь моделировать и контролировать эстетическую функцию всей резонаторной системы на всём протяжении музыкальной фразы.

Схема выполнения: на нейтральной гласной довести по нижнему пентахорду до верхней ноты, зафиксировать её и постепенно плавно опуская нижнюю челюсть, выводить положение ротоглотки (естественным, а не специальным образом) в гласный [А]. Закрепить акустические и мышечные ощущения на фермато и затем спуститься по пентахорду, сохраняя высокую позицию, резонанс и однородность звучания, особенно в момент мягкого перевода [А] в [И] на заключительном тоне. Необходимо контролировать свободу мышц, так как излишнее напряжение может помешать чистому интонированию и нарушить эстетическое звучание. Упражнение выполняется до «соль» 2-й октавы в верхнем звуке мелодической секвенции.



После этого, когда студентка локализовала все вибрационные резонансные ощущения, приступаем к развернутым вокальным упражнениям вокального тренинга, чтобы создать условия для моделирования певческого фонационного процесса музыкальных фраз, предложений и вокального произведения.

II раздел: Вокальный тренинг.

Цель: создать условия для однородного эстетического резонансного звучания на всем протяжении диапазона в неотрывном взаимодействии с эмоционально-энергетическими затратами и с логическим построением мелодических фраз и предложений.

Задачи:

- ✓ Распределение абдоминального дыхания на более длинные музыкальные фрагменты;
- ✓ Формирование объёма вокального голоса и его полётности;
- ✓ Развитие лёгкости и подвижности вокального голоса.

Упражнение № 9 «Гаммообразные пассажи»

я - о - у - о - а я - о - у - о - а

я - о - у - о - а я - о - у - о - а и т. д.

я - о - у - о - а я - о - у - о - а

- о - а я - о - у - о - а и т. д.

Упражнение № 10 «Короткие арпеджио»

зи - за зи - за и - и зи - за и - и и т. д.

зи - за и - и зи - за и - и и т. д.

Упражнение № 11 «Длинные арпеджио»



Упражнение № 12 «Легато-стаккато»



Упражнение № 13 «Попевка «Дивьени»



III раздел: Работа над «Хабанерой» из оперы Ж. Бизе «Кармен»

Пояснение

Как показали специальные экспериментальные исследования, воображение порождает соответствующие биотоки мозга, мышц, изменяет работу сердца, легких и т. п. Воображаемые представления приводят к реальным телесным изменениям и к соответствующему изменению поведения актёра на сцене. Для того, чтобы исполнить вокальное произведение, надо активизировать свое художественное воображение, которое решает две важнейшие задачи: во-первых, создаёт условие для создания художественного правдивого сценического образа, а во-вторых, служит вокально-техническим задачам.

1. Уточняем сценический образ Кармен – обворожительная красotka, свободолубивая, не скованная нормами общепринятой морали, но при этом не развязная, а своенравная и непокорная, с допустимой степенью фривольности. Манящая, с «чёртёнками» в глазах, но при этом очень нежная, с кошачьей пластикой. Она «завлекает» Хозе в свою игру, с уверенностью в неотразимости своего обаяния. И это является её мотивацией к внутреннему действию. Внутреннее действие в свою очередь организует всю эмоционально-энергетическую систему для способа звукоизвлечения.
2. Чтобы действие «посадить» на голос, необходимо прежде всего ясно представить себе звуковой образ начального звука (ре 2-й октавы), затем «беззвучно» мысленно сформировать двигательное представление (какими движениями можно подобного звучания достигнуть, каким образом можно его воспроизводить), создавая тем самым регулировочный образ и в следующую доли секунды воспроизвести его. Студентка формирует регулировочный звуковой образ в точке образования нейтрального гласного, фокусируя его точным звуком в головном резонаторе, и спускается по хроматической гамме с эмоциональными интонациями обольщения и хитро-завлекательной томности, как бы «напевая в полголоса» на задержанном вдохе, но на полной опоре абдоминального дыхания. Дыхание должно быть подвижное, ни в коем случае не зажатое, и зависеть от содержания исполняемого фрагмента. Студентка контролирует равномерный расход дыхания в каждой фразе, регулируя тонкости механизмов дыхательных органов с другими частями голосового аппарата. Это помогает ей сохранить однородность высокой позиции, распределить силы и сэкономить дыхание, поскольку в этом произведении есть примарные тона, которые у данной студентки являются переходными.

1. Трудность у студентки вызвали опевание в виде шестнадцатых длительностей. Делаем отсылку к упражнению № 13 («Попевка Дивьени») из вокального тренинга, который заканчивается опеванием на группировке из шестнадцатых длительностей. Студентке предлагается несколько раз пропеть каденцию попевки, как бы слегка подталкивая гортанью каждую шестнадцатую. Затем этот же регулировочный образ переносим на опевание каждого фрагмента отдельно, контролируя резонаторные ощущения. После этого соединили, сначала во фразы, а затем в целостный музыкальный период.

2. Поскольку произведение исполняется на языке оригинала, т.е. на французском, студентка всё время следит за правильным произношением, приобретённым ею на занятиях французского языка. Прежде, текст Хабанеры был проработан совместно с преподавателем французского языка. В целом французский язык очень удобен для пения, но тем не менее, студентка длительно практиковалась перед зеркалом в произношении гласных звуков. Всего во французском языке пятнадцать гласных звуков, из них четыре носовых и которые различаются по положению языка и нёбной занавески, что в свою очередь играет важнейшую роль в звукоизвлечении. Студентка всегда помнит о том, что правильное произношение помогает правильному звукоизвлечению и саморегуляции эстетической функции резонаторной системы. Также, ранее, на первом уроке знакомства с Хабанерой она сделала подстрочный (дословный) перевод для понимания смысла каждого исполняемого слова.

Домашнее задание:

Петь Хабанеру вместе с Джулией Мигенес, которая исполняет главную роль в одноимённой экранизации оперы Бизе во франко-итальянском фильме 1984 года режиссера Франческо Розы «Кармен».

Пояснение. Мы считаем, это хорошей практикой, так как пение с высоко профессиональными Мастерами вокала настраивает и развивает не только фонематический слух, но само по себе создаёт условия для моделирования звукового образа, для слухового и внутреннего контроля собственной резонаторной системы во время пения и организации её эстетической функции. И это в свою очередь аккумулируется в эмоционально-энергетические затраты и рефлексивно мобилизует фонетические механизмы фонационного певческого дыхания.