

«Фонопедический метод развития голоса» В.В.Емельянов

Емельянов Виктор Вадимович является автором фонопедической методики развития голоса (кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой музыкального образования Тюменского Государственного Университета).

В прошлом профессиональному вокалисту и актеру ему на собственном опыте пришлось убедиться, как важно иметь здоровый и развитый голосовой аппарат, как важно уметь правильно им управлять. Им была разработана уникальная педагогическая технология развития голоса, расширения его возможностей, освоение различных техник пения, в т.ч. скрип, носовой сонант, горловое пение и др.

Фонопедический метод развития голоса (ФМРГ) – это многоуровневая обучающая программа установления координации и эффективной тренировки голосового аппарата человека для решения речевых и певческих задач с неизменно высоким эстетическим качеством. Метод называется фонопедическим благодаря его восстановительно-профилактической и развивающей направленности.

ФМРГ успешно апробирован как за рубежом, так и в России. Были достигнуты великолепные результаты у детей с самым различным уровнем вокальных данных и подготовки, благодаря чему метод получил признание как в среде специалистов по вокалу, так и среди врачей-фониатров. ФМРГ Емельянова уже около 30 лет эффективно применяется на всех уровнях – от детского сада до консерваторий и оперных театров.

В ФМРГ обоснован каждый шаг, каждый звук. Метод позволяет совершенствовать голос применительно к каждому отдельному случаю, индивидуально к каждому ученику с учетом его природных особенностей. Развитие мышц, участвующих в звукообразовании, позволяет разрешать проблемы даже с травмированными голосами, голосовыми аппаратами с различными дефектами. Ни один звук в пении упражнений ФМРГ не возникает просто так. Это всегда какое-то особое «непевческое» и/или неречевое положение или действие голосообразующей системы, которое может иметь координирующее и тренирующее значение для нашего голоса.

«Фонопедический метод развития голоса», в свою очередь, направлен на оздоровление голосового аппарата, продление его службы. Он способствует улучшению психо-эмоционального фона человека, развитие и гармонизацию личности. Важной особенностью метода является развитие у ученика способности к самоанализу и самоконтролю, наблюдению за прогрессом в собственном

обучении. Вокалист обретает способность понимать собственные восприятия, т.е. правильно себя слушать и слышать.

Развивающие голосовые игры предусматривают создание игровых ситуаций, в которых дети непринужденно восстанавливают естественные проявления голосовой функции: выражают эмоции вне и независимо от какой-либо эстетики и традиций. В игре дети познают возможности своего голоса и учатся им управлять, включают энергетические ресурсы организма. Известно, что петь громко легче, чем тихо. Это естественно: любая координация осваивается от более грубого уровня к более тонкому. В стрельбе, например, нельзя сразу попасть в «десятку», сперва надо научиться попадать хотя бы в доску, на которой находится мишень! Так и в пении: если ребенок может сначала крикнуть, а после — запищать и при этом осознает, что это разная механика, — это путь к интонированию.

Эти особенности положены в основу ФМРГ.

Интонационно-фонетические упражнения, которые не предусматривают высоких энергозатрат. Вся работа должна идти на уровне энергетики бытовой речи.

№1 «Штро-бас» («Кот –воркот»)

Задание: Произносить стихотворный текст нужно урчащим звуком без возникновения фиксированной звуковысотности. Руки, согнуты в локтях, находятся параллельно полу на уровне пояса ладонями вниз: пальцы совершают хаотические колебательные движения, передающие общее расслабление.

Приём: Необычное движение.

Показатели: Произвольное включение и осознание режима работы гортани – штро-бас-регистр – вибранта голосовых складок.

Контроль: Слуховой – звучание только штро-бас-регистра; символические действия – сопровождение произнесения текста работой пальцев рук.

Дополнительное воздействие: Наведение на грудные вибрационные ощущения; освоение равнообъёмности гласных.

Котик запрыгнул ко мне на колени,
Громко урчит, развалился в лени.
Я осторожно чешу за ушком,
Ласково глажу урчащие брюшко.

№2 «Страшная сказка»

Исходное положение (И.П.): Рот открыт свободно, губы расслаблены. Пальцы рук поставлены на щёки и вдвинуты между верхними и нижними зубами, чтобы не давать рту закрыться. Глаза широко открыты, брови подняты; выражение лица - испуганное.

Задание: Произносить последовательность гласных тихим низким голосом, придавая ему эмоциональную окраску испуга. Гласные включать в работу по очереди, постепенно приходя к оптимальной по фонетической близости последовательности «УОАЭЫ». Перевод гласного в гласный происходит без атаки, слитно, наподобие соединения гласных на Legato в пении.

В абстрактном и конкретном варианте (стихотворный текст) упражнения – пальцы продолжают контролировать расстояния между зубами через расслабленные мышцы щёк, невзирая на неразборчивость текста.

Возможен вариант сочетания абстрактного и конкретного вариантов, например: педагог – «Слушай...», дети – «У» и наоборот.

Показатели: Произвольное включение и осознание грудного режима работы гортани – «толстого» голоса; специфическая форма рупора.

Контроль: Слуховой – тихий низкий звук без форсирования на ЛЯ-СИ МАЛОЙ ОКТАВЫ; визуальный – произнесение гласных без участия губ и челюсти; невзирая на неразборчивость стихотворного текста.

Дополнительное воздействие: Освоение оптимальной последовательности гласных - фонетической формулы, которая, возникая впервые на этом упражнении, будет постоянно использоваться в упражнениях всех уровней ФМРГ.

Абстрактный вариант:

У
УО
УОА
УОАЭ
УОАЭЫ

Конкретный вариант:

СЛУШАЙ...
СЛУШАЙ ШОРОХ...
СЛУШАЙ ШОРОХ ЧАЩИ...
СЛУШАЙ ШОРОХ ЧАЩИ ЛЕСА...
СЛУШАЙ ШОРОХ: ЧАЩИ ЛЕСА ДЫШИТ.

№3 «Конючим» («Попрошайка»)

И.П.: Мышцы лица расслаблены, рот слегка прикрыт. Выражение лица полусонное, глаза прикрыты. Руки, согнуты в локтях, находятся параллельно полу на уровне пояса ладонями вниз.

Задание: 1) В абстрактном варианте упражнения переводить штро-бас в грудной режим на последовательностях гласных, постепенно включаемых в работу. Затем, последовательно соединять в одном движении три режима: штро-бас, грудной, фальцет. Перевод штро-баса в грудной режим производится без перерыва, дополнительной атаки или придыхания. Необходимо сохранять положение языка на губе в грудном режиме. Издавать штро-бас и переводить в грудной режим нужно на чистом гласном «А», хотя положение языка этому препятствует и провоцирует открытый гласный «Э». Артикуляцию гласных «АОУ» производить только за счет движения губ без участия челюсти, не закрывая зубов и десен (губы «обнимают» язык). Артикуляцию гласных «АЭЫ» производить только за счет подъема спинки языка при неподвижной расслабленной передней части, челюсти и губах.

Перевод грудного режима в фальцет происходит на восходящей глиссирующей интонации со срабатыванием порога. Следить, чтобы гласные «у» и «ы» в фальцетном режиме сохраняли форму, организованную в грудном, контролируя пальцами (протыкаем щёки) или глядя в зеркало.

На штро-басе совершать пальцами хаотические колебательные движения, на звук в грудном режиме выворачивать ладони вверх, а во время восходящей интонации взмахнуть кистями, показывая движение звука вверх.

Эмоционально-образным заданием для детей может служить ситуация *«настойчивого и безнадежного выпрашивания чего-то и радостном возгласе (переход в фальцетный режим) при получении желаемого»*.

2) В конкретном варианте (фрагмент стихотворения С.Я. Маршака) произносить стихотворный текст штро-басом, переводя его в грудной режим на двух последних слогах каждой строки (*внимание к записи условными обозначениями!*). Символические действия те же.

Приём: Дополнительный режим работы гортани (штро-бас к грудному, грудной к фальцетному),; необычное движение.

Контроль: Визуальный, осязательный – «маскировочная» артикуляция, положение языка на всём упражнении; слуховой – точная форма гласного «А» на штро-басе, срабатывание порога и выход в фальцетный режим. Выход в грудной режим в абстрактном варианте соответственно записи; символические действия.

Дополнительное воздействие: освоение фонетической формулы; порог как механизм саморегуляции в возникновении нового режима; равнообъемность гласных.

Абстрактный вариант:

xxxА, xxxАО, xxxАОУ, xxxАОУ ↗ У!
xxxА, xxxАЭ, xxxАЭЫ, xxxАЭЫ ↗ Ы!

Конкретный вариант:

ходит, ходит попроШАЙКА,

х х х х х х

просит, просит попроШАЙКА.

х х х х х х

дайте, дайте попроШАЙКЕ,

х х х х х х

всё, что просит попроШАЙКА!

х х х х х х

№4 «Вопросы – ответы»

И.П.: Как в №2

Задания: 1) В абстрактном варианте основным элементом упражнения является скользящие (глиссирующие) восходящие и нисходящие интонации с резким переходом из грудного в фальцетный режим и обратно со срабатыванием порога. Рекомендуется организовать игру в форме диалога. В эмоциональном отношении в упражнении присутствует вопроса (восходящая интонация) и ответа (нисходящая). Пальцами контролировать расстояние между зубами через расслабленные мышцы щёк.

2) В конкретном варианте проговаривать стихотворный текст в грудном режиме, переходя в фальцетный на гласном последнего слога каждой строки (*внимание к записи условными обозначениями!*).

Символические действия:

- Для сохранения формы гласного в фальцетном режиме, организованной в грудном, во время восходящей интонации контролировать её при помощи пальцев (проткнуть щёки);
- Для установления связи голосообразующих движений со звуковысотностью – свободными руками, расслабленными до кистей, показывать движение восходящей интонации голоса, вскидывая руки высоко вверх. В конкретном варианте в грудном режиме совершать кистями волнообразные движения вверх-вниз («прикасаемся к «толстому» голосу, лежащему очень низко») или вправо-влево («гладим толстый голос»), переводя их в колебания пальцев на штро-басе.

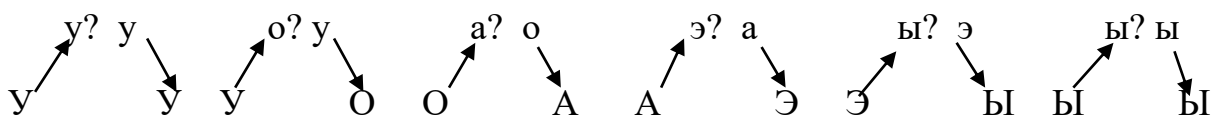
Перевод звучания грудного режима в фальцетный должен происходить без перерыва звучания, без дополнительной атаки или придыхания со срабатыванием порога во время восходящей и нисходящей интонаций.

Показатели: Целесообразное использование режимов работы гортани; специфическая форма рупора.

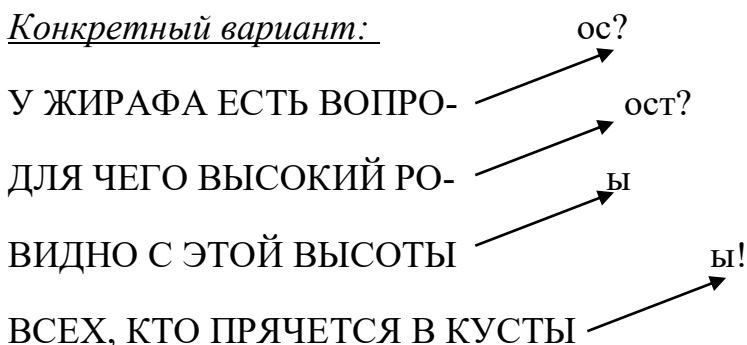
Контроль: Визуальный, осязательный – «маскировочная» артикуляция; слуховой – срабатывание порога, выход в фальцетный режим на восходящей интонации и возвращение в грудной на нисходящей; символические действия.

Дополнительное воздействие: Освоение фонетической формулы; порог как пусковой механизм саморегуляции в возникновении нового режима.

Абстрактный вариант:



Конкретный вариант:



№5 «Бронтозаврик»

Упражнение состоит в последовательности звуков, обратной предыдущему упражнению. Целью упражнения является установление связи голосообразующих движений с объемно-пространственными представлениями.

Задание: 1) В абстрактном варианте – издать легкий высокий «тонкий» звук («у» или «ы») в фальцетном режиме, и через нисходящую глиссирующую интонацию перевести в грудной режим на том же гласном. В грудном режиме гласные выстраиваются в уже знакомой последовательности с переводом последнего гласного («ы» или «у») в штро-бас с расслаблением языка. Упражнение начинается с возникновения в грудном режиме одного гласного, с постепенным присоединением других гласных по одному с постепенным понижением интонации и увеличением силы тона. Все соединения гласных происходят без перерыва, слитно, нараспев.

Эмоционально-образным заданием этого упражнения будет просьба нарисовать голосом бронтозавриков («мальчика» - у-УОАЭЫ и «девочку» - ы-ЫЭАОУ) при помощи звуковысотности (режимов), последовательности гласных, силы звука.

2) В конкретном варианте произнесение стихотворного текста начинается с издавания первого слова/слога высоким тонким голосом с последующим переводом его на этом же слове/слоге в грудной режим нисходящей глиссирующей интонацией со срабатыванием порога. Каждая строка заканчивается штро-басом на гласном «А» с расслаблением языка.

Символические действия как в предыдущем упражнении, но показ звуковысотности сверху вниз – в фальцетном режиме подбрасывать воображаемый «тонкий» голос высоко вверх, а в грудном – класть «толстый» голос на пол.

Показатели: Целесообразное использование режимов работы гортани.

Контроль: Слуховой – срабатывание порога и выход в грудной режим на нисходящей интонации; визуальный и осязательный – сохранение формы рта при переходе с фальцетного в грудной режим; положение языка на штро-басе; символические действия.

Дополнительное воздействие: Освоение фонетической формулы; порог как пусковой механизм саморегуляции в возникновении нового режима; освоение показателей эстетики академического пения; равнообъемность гласных.

Абстрактный вариант:

У! → у У! → уО У! → уОА У! → уОАЭ У! → уОАЭЫ xxx

Ы! → Ы Ы! → ЫЭ Ы! → ЫЭА Ы! → ЫЭАО Ы! → ЫЭАОУ xxx

Конкретный вариант:

КТО- →
О ТАМ ХОДИТ ПО БОЛОТУ xxx

НО- →
ОГИ КАК У БЕГЕМОТА xxx

ГО- →
ОЛОВА НА ДЛИННОЙ ШЕЕ xxx

ХВО- →
ОСТ ЗА НИМ ЕЩЁ ДЛИННЕЕ xxx