

Оригинальная статья / Original article

УДК 378.016:784-057.875

<https://doi.org/10.21869/2223-151X-2023-13-1-149-155>



Работа над дыханием и звукообразованием с начинающими певцами

С. В. Шенгелия¹✉, В. А. Моисеева¹

¹ Юго-Западный государственный университет
ул. 50 лет Октября, д. 94, Курск 305040, Российская Федерация

✉ e-mail: vi-kafedra@mail.ru

Резюме

Актуальность данной темы состоит в том, что молодые педагоги зачастую не уделяют должного внимания организации певческого дыхания у обучающихся, и это приводит к дефектам звукообразования. В статье рассматриваются вопросы, касающиеся подготовки академических вокалистов в аспекте правильной организации дыхания. Певческое дыхание является основой всего исполнительского процесса, от него зависят не только совершенствование вокально-технических навыков, но и художественный результат. Задача, которую ставят перед собой авторы – рассмотреть дыхание как основу звуковедения и раскрыть особенности работы над ним.

Дыхание, как фундамент профессионального пения, связано с другими факторами звукообразования: с их развитием и совершенствованием параллельно укрепляется дыхание. Авторами формулируются условия для получения высокой певческой позиции: свободное положение гортани и ротовой полости, округлый и прикрытый звук, мягкая атака звука, близкое и яркое звучание. В результате возникают красота и насыщенность тембра, «полётность» голоса. В процессе занятий важны приподнятый тонус, желание и устремлённость певца к достижению цели.

Обучение вокалу является процессом сугубо индивидуальным, поэтому молодые педагоги должны находиться в тесном контакте с учениками, контролируя их первые шаги в освоении вокальной техники: в организации дыхания, выработке высокой певческой позиции, снятии мышечных зажимов гортани, контроле за звуковедением. Авторы обобщают рекомендации выдающихся вокальных педагогов прошлых лет, а также предлагают свои указания и термины, основываясь на многолетнем личном вокально-педагогическом и исполнительском опыте.

Ключевые слова: певческое дыхание; высокая позиция звука; звуковедение; опора; положение гортани; резонаторы.

Конфликт интересов: Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Для цитирования: Шенгелия С. В., Моисеева В. А. Работа над дыханием и звукообразованием с начинающими певцами // Известия Юго-Западного государственного университета. Серия: Лингвистика и педагогика. 2023. Т. 13, № 1. С. 149-155. <https://doi.org/10.21869/2223-151X-2023-13-1-149-155>.

Статья поступила в редакцию 25.01.2023

Статья подписана в печать 11.03.2023

Статья опубликована 15.04.2023

The Work on Breathing and Sound Formation with Aspiring Singers

Svetlana V. Shengelia¹✉, Valeria A. Moiseeva¹

¹Southwest State University

50 let Oktyabrya 94, Kursk 305040, Russian Federation

e-mail: vi-kafedra@mail.ru

Abstract

The relevance of this topic is that young teachers often do not pay due attention to the organization of singing breathing among students, and this leads to defects in sound formation. The article deals with issues related to the training of academic vocalists in the aspect of proper organization of breathing. Singing breathing is the basis of the entire performing process, not only the improvement of vocal and technical skills, but also the artistic result depend on it. The task set by the authors is to consider breathing as the basis of sound science and to reveal the features of working on it. Breathing, as the foundation of professional singing, is connected with other factors of sound formation: with their development and improvement, breathing is strengthened in parallel. The authors formulate the conditions for obtaining a high singing position: free position of the larynx and mouth, rounded and covered sound, soft attack of sound, close and bright sound.

As a result, there is beauty and saturation of timbre, "flight" of the voice. In the course of classes, the raised tone, desire and aspiration of the singer to achieve the goal are important. Vocal training is a purely individual process, therefore, young teachers should be in close contact with students, controlling their first steps in mastering vocal technique: in the organization of breathing, the development of a high singing position, the removal of muscle clamps of the larynx, the control of sound science. The authors summarize the recommendations of outstanding vocal teachers of the past years, and also offer their own instructions and terms based on many years of personal vocal pedagogical and performing experience.

Keywords: singing breathing; high position of sound; sound science; support; position of the larynx; resonators.

Conflict of interest: The Authors declare the absence of obvious and potential conflicts of interest related to the publication of this article.

For citation: Shengelia S.V., Moiseeva V. A. The Work on Breathing and Sound Formation with Aspiring Singers. *Izvestiya Yugo-Zapadnogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Lingvistika i pedagogika = Proceedings of the Southwest State University. Series: Linguistics and Pedagogics.* 2023, 13(1): 149–155 (In Russ.). <https://doi.org/10.21869/2223-151X-2023-13-1-149-155>.

Received 25.01.2023

Accepted 11.03.2023

Published 15.04.2023

Введение

В наши дни интерес к вокальному искусству чрезвычайно высок. По вопросам теории пения существует обширная литература, но она не всегда применяется в процессе подготовки певцов, и практика вокального дела протекает почти независимо от неё, своими путями, на основе устной передачи опыта педагогов, мастеров вокального дела [1]. Это обязывает тех, кто занимается преподаванием пения, поделиться опытом и рассказать о своих наблюдениях в этой области. Какого-то общего, универсального метода ра-

боты по воспитанию певца и его голоса ни в вокальной практике, ни в теории преподавания пока не создали.

Обучение вокальному делу очень индивидуально. В настоящее время ни наука, ни наличие прекрасно выработанного музыкально-вокального слуха у педагогов не могут в достаточной мере помочь обучающемуся установить объективные причины хорошего или плохого звучания голоса. К тому же субъективные представления педагога и учащегося часто не совпадают.

Передать словами ощущения, возникающие при звукообразовании, чрезвычайно трудно. Раскрывая свои установки при показе должного звучания, преподаватель пытается вызвать у ученика аналогичные певческие ощущения. На самом же деле эти ощущения очень обманчивы и индивидуальны и у обучающегося могут быть иными, то есть ему приходится подстраиваться к словесным объяснениям педагога в проекции на собственные мышечные звуковые представления.

Успешность таких методов может быть обусловлена способностью некоторых певцов копировать правильные мышечные приёмы, которыми пользуется его педагог, или же интуитивно осуществлять некий идеал красивого звучания голоса. Копируя педагога, певец вырабатывает мышечные навыки, обеспечивающие тот звук, который соответствует его идеальному представлению.

Трудности и сомнения возникают почти у всех молодых преподавателей, начинающих вокальную работу со студентами. Казалось бы, сами учились, много пели за годы учёбы, но индивидуальность певческого голоса у каждого обучающегося ставит перед педагогом множество вопросов, тем более что преподавание вокала – это не точная наука, а творческий процесс, связанный с настоящей импровизацией.

Конечно, предлагаемая методика очень схожа со многими рекомендациями и указаниями известных специалистов [2], однако авторы опираются на собственный педагогический и исполнительский опыт. Методика преподавания может быть одна, но она сугубо индивидуальна для каждого обучающегося.

Результаты и обсуждение

Вопрос о дыхании в вокальной методике имеет немаловажное значение потому, что дыхание является той силой, которая приводит в действие голосовой аппарат. Знаменитый исследователь и педагог вокала Мануэль Гарсиа-сын писал в

своем пособии «Полный трактат об искусстве пения» о том, что нельзя сделать искусственным певцом, не овладев искусством управления дыханием [3, с. 308-311, 4]. И действительно, дыхание – это двигательная сила голоса. Без дыхания голосовой аппарат, при всём его природном совершенстве, беззвучен. Общеизвестно классическое изречение, приписываемое Фр. Ламперти: «Искусство пения есть искусство дыхания».

С первых уроков нужно добиваться простоты и естественности звукообразования, обратив внимание обучающегося на необходимость снятия ненужного напряжения. Это чаще всего относится к мышцам челюсти и гортани, которые в процессе занятий необходимо раскрепостить [5, с. 17]. Главная задача – «поставить» голос на дыхание, то есть голос должен получить опору. Дыхание нижне-реберно-диафрагматическое: сделать вдох плавный, глубокий вниз и в стороны; во время вдоха хорошо почувствовать ребра и спину, сохранять ощущение «певческого пояса». Вдох легкий, следить, чтобы не пережималось дыхание, набирать воздух можно одновременно через рот и нос, так как этот способ даёт возможность пользоваться ртом (при необходимости взять быстро и много воздуха).

Работу над дыханием лучше вести на певческом звуке при помощи медленных упражнений. Следует делать паузы между фразами, чтобы мышцы могли отдохнуть и точно настроиться на следующую фразу. При удобном звучании можно попросить обучающегося запомнить ощущения, дающие свободу, контролировать вдох и выдох, рассчитывать свое дыхание на всю фразу при каждом упражнении. Необходимо следить за плавностью звуковедения, добиваться, чтобы поющий не выкрикивал ноты, а пропевал их. Не допускать пения на пределе дыхания, это утомляет мышечную систему. Если темпы медленные, то возможно на первых порах работы несколько ускорять темпы, пока происходит впевание фраз. После

некоторого времени можно вернуться к первоначальному темпу.

Дыхание является *важнейшим средством* выразительности пения. Опора и сила воздушной струи в различных регистрах и участках диапазона голоса различны. Расход воздуха в грудном регистре значительно меньше, чем в головном, поэтому подача слишком большого напора дыхания в грудном регистре углубляет звук и «проваливает» нижние и средние тона. В то же время недостаточная подача дыхания в верхнем, головном регистре приводит к тому, что звук «садится на горло». На эти моменты в процессе работы необходимо обращать серьезное внимание. В начале занятий рекомендуется петь несложные и не длинные упражнения, чтобы не утомлять дыхательные мышцы. Важно уделять внимание первым звукам упражнений, так как студенты чаще всего сразу отдают много дыхания, а на последующие фразы его уже не остается. Необходимо напоминать, чтобы оно распределялось с запасом.

По мере овладения певческим дыханием можно начинать работу над выразительностью пения. Красивое звуковедение – это умение регулировать подачу дыхания, иначе возможно возникновение фальшивого звучания. Фальшивая интонация бывает из-за плохого дыхания, неправильного пользования им. Если певец теряет опору звука, то интонация понижается, особенно часто это происходит при пении *piano*, так как оно требует особой регулировки, перебор дыхания влечет повышение интонации при пении *forte*. «Полнейшая верность интонации есть первое условие пения; поэтому обязанность учителя тотчас же в начале занятий обратить исключительное внимание на развитие слуха ученика» [6, с. 41] Динамические оттенки, филировка – все делается подачей дыхания, но это будет в дальнейшем обучении, а с первых же занятий необходимо обращать внимание на свободу в гортани.

Некоторые педагоги рекомендуют не говорить про гортань, но как не обращать внимание, если слышно, что гортань сужена, а внутренние мышцы затянуты. При таком положении «узкой глоточки» звук не пройдет ни на опору, ни на грудное резонирование у мужских голосов и низких женских голосов. Нужно учиться расслаблять гортань, чтобы «внутренним зрением» можно было бы видеть проход в грудь и звучание почувствовать как бы на глубине, на уровне нижних ребер. Одновременно важно представить, что в гортани звучит свободный звук «А», наполняя и разворачивая её объёмом и теплотой. Причем нужно обратить внимание на то, что этот звук «А» поётся ближе к «О» на корнях верхних зубов. В этом положении важно внутри ощущать над зубами легкий зевком. Таким образом, получается следующее: в гортани – свободный объёмный звук «А», сверху над легким зевком – «О», звук «засеребрится», если его не углублять вглубь ротовой полости.

Следующий этап – это попросить полученное звучание мысленно собрать в верхней части переносицы и провести его между бровями в район «третьего глаза», посоветовав обучающемуся перенести внимание на пение в этом месте, причём следить, чтобы в гортани оставалось прежнее положение – свобода и теплота. Этот приём быстро приведёт звук в красивое, свободное, объёмное звучание, а состояние расслабленной гортани даст возможность в дальнейшем переходить к другим певческим гласным звукам, не меняя полученных ощущений внутри.

Практика показывает, что если начинать обучение с собранности звука в переносице, не обращая внимания на положение гортани, то это приводит к «узкому» звучанию голоса и зажатости шейных и гортанных мышц, расслабить которые в будущем очень сложно и требует длительного времени.

Наиболее сложной задачей является нахождение высокой позиции звука. Как

же этого добиться? Какие отличия у низкого и высокого по позиции звука?

Голос низкий по позиции большей частью звучит открыто, плоско, в нём нет объёмного звучания, он узок и ограничен в красках. Мышечный зажим гортани и шеи вызывает неизбежную форсировку, отсюда звук резок и криклив. Для выработки высокой позиции внимание обучающегося фиксируется на вибрационных ощущениях в головных резонаторах: используются упражнения на «мычание». «Округление», «притемнение» тембра способствует его однородности. Для пониженного положения гортани при фонации и достижения полного диапазона голоса рекомендуются гаммообразные упражнения в быстром темпе, «округление» нот переходного регистра [7, с. 2]. Самому поощрительно кажется, что его голос звучит сильно, то есть при нажиме мышц гортани поющий слышит звук в ушах, на самом же деле он просто оглушает себя, а голос в зал не летит, то есть отсутствует важное качество звука – «полётность».

Высокий по позиции голос звучит округленно, прикрыто, он легко прорезает оркестровую звучность, богат красками, звучит объёмно и свободно, легко филируется. Это звук, богатый обертонами, что в переводе с немецкого означает – «звуки над основным тоном». В педагогической практике они называются «звончками» в голосе или «серебристым» звуком. Чем больше «звончков», тем качественнее звучание. На самом же деле – это окраска соответствующего резонатора. Верхние звуки больше резонируют в головных резонаторах, по мере спуска вниз усиливается грудная резонанция.

Полости глотки и рта сами являются резонаторами и выступают как бы связующим звеном между верхним и нижним резонаторами. Педагог, работая с певцом, всегда должен помнить, что основная задача, стоящая перед ним, – сохранение на всем диапазоне голоса действия головных резонаторов.

Для того, чтобы добиваться высокой позиции звука, нужно придерживаться следующих рекомендаций:

1. Дыхание не должно быть перегруженным, петь надо на умеренном запасе воздуха. Оно должно быть глубоким и эластичным. Возможны такие рекомендации: «Наберите дыхание под нижние ребра, ощущая весь “вокальный пояс”, постарайтесь пропеть на этой глубине. Не забывайте следить, чтобы подача звука была направлена к передним верхним зубам, а не уходила бы вглубь ротовой полости к затылку». Направление к зубам и ощущение серебристого звучания на них быстрее приведут к попаданию в верхний головной резонатор, учащийся сразу ощущает «звонки в голосе», что дает быстрое запоминание этого удобного и звучащего места.

2. Положение достаточно широко раскрытых полости рта и глотки. Внутри рта необходимо добиваться большей свободы и объёма, как бы держать лёгкий зевком, а петь сверху над зевком. Одновременно следить за нижней челюстью: она должна быть расслабленной вместе с нижней частью гортани. Степень раскрытия рта абсолютно индивидуальна, устанавливается педагогом и ощущением певца во время занятий.

3. Третье условие для выработки высокой позиции – это округлённый или прикрытый звук на всем диапазоне и у мужских, и у женских голосов. Разница только в степени прикрытия и в различной дозировке использования резонаторов.

4. Четвёртое условие – это характер атаки, которая должна быть мягкой, что даёт возможность легче управлять голосовым аппаратом.

5. Пятое условие – место формирования гласных, так как именно они являются носителями вокала, могут гибко менять окраску и объём: близко (ярко), далеко (глухо), низко (тяжело), высоко (приподнято, легко), собранно, расплывчато и т. д. Это можно наблюдать не только в пении, но и в речи: один говорит

близко, ярко, другой как бы внутри себя – глухо, гнусаво [7].

Высокую позицию можно отличить от низкой. При низкой позиции гласного звука «А» в нём слышится призыв «Е» или «Ы», пение как бы «посажено» на нижнюю челюсть, головные резонаторы не включены, что ведёт к неточности интонации. Между тем пение требует совершенно других условий и иного формирования звуков в гортани, чем в речи [8]. Обязательным является высокое положение нёбной занавески так, чтобы она полностью перекрывала вход в полость носа [3, с. 242-243]. Это предохранит от гнусавого оттенка и будет способствовать созданию у певца ощущения высокой позиции звука.

На любом упражнении, которое начинается снизу, гласный звук округляется, т. е. начинается в прикрытой позиции и по мере поднятия мелодии вверх представляется поощению, как идущему по лестнице, всё выше в голову, причем усиливается резонанция головных резона-

торов. На упражнениях сверху вниз гласный звук «прикрывается высоко в голове», и, спускаясь вниз, необходимо следить за сохранностью высокой установки.

На выработку высокой позиции звука также очень влияет тонус певца, его желание и целеустремленность [9, с. 64].

Выводы

В заключение хочется ещё раз обратить внимание на то, что именно дыхание является основой всего певческого процесса, от него зависит не только совершенствование вокально-технических навыков, но и рост исполнительского мастерства будущих певцов [10]. Обучение вокалу является процессом сугубо индивидуальным, поэтому молодые педагоги должны находиться в тесном контакте с учениками, контролируя их первые шаги в освоении вокальной техники: в организации дыхания, выработке высокой певческой позиции, снятии мышечных зажимов гортани.

Список литературы

1. Белоусенко М. И., Стародубцева И. Ф. Обобщение концепций вокального исполнительства в системе музыкального искусства // Современное педагогическое образование. 2022. № 1. С. 67-70.
2. Аплечеева М. В. История вокального искусства. СПб.: Изд-во «Лань»; Изд-во «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2020. 168 с.
3. Гарсия М. Полный трактат об искусстве пения. 1-е изд. СПб.: Изд-во «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2015. 416 с.
4. Багадунов В. А. Очерки по истории вокальной методологии. Ч. I. 2-е изд., испр. СПб.: Изд-во «Лань»; Изд-во «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2018. 468 с.
5. Рудякова А. Э. Вокальная школа профессора кафедры академического пения Саратовской консерватории имени Л. В. Собинова Александра Ивановича Быстрова // Образовательный вестник «Сознание». 2021. №10. С. 16-23.
6. Ниссен-Саломан Г. Школа пения / науч. ред. Е. П. Пономаренко. СПб.: Изд-во «Лань»; Изд-во «ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2015. 440 с.
7. Стулова Г. П. Взаимосвязь речевой и певческой функции учащихся в процессе их вокального воспитания // Наука и школа. 2021. № 1. С. 190-198.
8. Покровский А. В. Практическая работа по постановке голоса. Ч. III. Работа над голосом // Евразийский Союз Ученых. 2020. №7-6 (76). С. 11-13.

9. Юань С. Необходимые вокальные навыки певца в подготовке к сценическому выступлению // *Sciences of Europe*. 2022. № 97. С. 62-65.

10. Технологические аспекты исполнительского искусства в вокальной педагогике / авт.-сост.: М. И. Белоусенко, И. Ф. Стародубцева. Белгород: БГИИК, 2021. 134 с.

References

1. Belousenko M. I., Starodubtseva I. F. Obobshchenie kontseptsii vokal'nogo ispolnitel'stva v sisteme muzykal'nogo iskusstva [Generalization of the concepts of vocal performance in the system of musical art]. *Sovremennoe pedagogicheskoe obrazovanie = Modern Pedagogical Education*, 2022, no. 1, pp. 67-70.

2. Aplecheeva M. V. Istoriya vokal'nogo iskusstva [History of vocal art]. St. Petersburg, Izd-Lan' Publ.; PLANETA MUZYKI Publ., 2020. 168 p.

3. Garsiya M. *Polnyi traktat ob iskusstve peniya* [A complete treatise on the art of singing]. St. Petersburg, PLANETA MUZYKI Publ., 2015. 416 p.

4. Bagadurov V. A. Ocherki po istorii vokal'noi metodologii [Essays on the history of vocal methodology]. St. Petersburg, Lan' Publ.; PLANETA MUZYKI Publ., 2018. 468 p.

5. Rudyakova A. E. Vokal'naya shkola professora kafedry akademicheskogo peniya Saratovskoi konservatorii imeni L. V. Sobinova Aleksandra Ivanovicha Bystrova [Vocal school of Professor of the Academic singing Department of the Saratov Conservatory named after L. V. Sobinov Alexander Ivanovich Bystrov]. *Obrazovatel'nyi vestnik "Soznanie" = Educational Bulletin "Consciousness"*, 2021, no. 10, pp. 16-23.

6. Nissen-Saloman G. Shkola peniya [Singing School]; ed. by. E. P. Ponomarenko. St. Petersburg, Lan' Publ.; PLANETA MUZYKI Publ., 2015. 440 p.

7. Stulova G. P. Vzaimosvyaz' rechevoi i pevcheskoi funktsii uchaschchikhsya v protsesse ikh vokal'nogo vospitaniya [The relationship between the speech and singing functions of students in the process of their vocal education]. *Nauka i shkola = Science and School*, 2021, no. 1, pp. 190-198.

8. Pokrovskii A. V. Prakticheskaya rabota po postanovke golosa. Ch. III. *Rabota nad golosom* [Practical work on voice production. Pt. III. Work on the voice]. *Evraziiskii Soyuz Uchenykh = Eurasian Union of Scientists*, 2020, no. 7-6 (76), pp. 11-13.

9. Yuan' S. Neobkhodimye vokal'nye navyki pevtsa v podgotovke k stsenicheskomu vystupleniyu [The necessary vocal skills of a singer in preparation for a stage performance]. *Sciences of Europe*, 2022, no. 97, pp. 62-65.

10. *Tekhnologicheskie aspekty ispolnitel'skogo iskusstva v vokal'noi pedagogike* [Technological aspects of performing arts in vocal pedagogy]; ed. by. M. I. Belousenko, I. F. Starodubtseva. Belgorod, BGIK Publ., 2021. 134 p.

Информация об авторах / Information about the Authors

Шенгелия Светлана Владимировна, доцент кафедры вокального искусства, Юго-Западный государственный университет, г. Курск, Российская Федерация,
e-mail: svetlana.shengelia@yandex.ru

Svetlana V. Shengelia, Associate Professor of the Department of Vocal Art, Southwest State University, Kursk, Russian Federation,
e-mail: svetlana.shengelia@yandex.ru

Моисеева Валерия Александровна, студентка факультета лингвистики и межкультурной коммуникации, Юго-Западный государственный университет, г. Курск, Российская Федерация,
e-mail: moiseeva-lera2016.moiseeva@yandex.ru

Valeria A. Moiseeva, Student of the Faculty of Linguistics and Intercultural Communication, Southwest State University, Kursk, Russian Federation,
e-mail: moiseeva-lera2016.moiseeva@yandex.ru