



УДК 784.9

А.Ю. Цирфа

Цирфа Александра Юрьевна, магистрант 2 курса Краснодарского государственного института культуры (Краснодар, ул. им. 40-летия Победы, 33), e-mail: aleks97th@mail.ru

Научный руководитель: **Овсепян Маргарита Ивановна**, доцент, доцент кафедры академического пения и хорового дирижирования им. Н.Н. Кириченко Краснодарского государственного института культуры (Краснодар, ул. им. 40-летия Победы, 33), e-mail: margaritaovs@mail.ru

ОРГАНИЗАЦИЯ ПЕВЧЕСКОГО ВДОХА В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРОВАНИЯ ГОЛОСА ПЕВЦА

Научная статья исследует значение правильного фонационного вдоха для постановки голоса певца, его влияние на подготовку всех частей голосового аппарата к пению, т.е. понижению положения гортани, расширения грудной клетки и входа в гортань, обеспечение внутрибронхиального давления. Данная работа представляет интерес для преподавателей и студентов средних и высших музыкальных заведений и обучающихся вокалу.

Ключевые слова: фонационный вдох, диафрагма, гортань, голосовой аппарат, нижнереберно-диафрагмальное дыхание, голосовые складки.

A.Yu. Tsirfa

Tsirfa Alexandra Yuryevna, master student of 2nd course of the Krasnodar state institute of culture (33, im. 40-letiya Pobedy St., Krasnodar), e-mail:

aleks97th@mail.ru

Research supervisor: **Ovsepyan Margarita Ivanovna**, assistant professor, associate professor of academic singing and choir conducting named after N.N. Kirichenko of the Krasnodar state institute of culture (33, im. 40-letiya Pobedy St., Krasnodar), e-mail: e-mail: e-mail: margaritaovs@mail.ru

THE ORGANIZATION OF THE SONG BREATH IN THE PROCESS OF FORMING THE SINGER'S VOICE

Scientific article explores the importance of the correct phonation breath for setting a singer's voice, its influence on the preparation of all parts of the vocal apparatus for singing, so, lowering the position of the larynx, expansion of the chest and entry into the larynx, providing intrabronchial pressure. The article is of interest to teachers and students of secondary and higher musical institutions and students of vocals.

Key words: phonon breath, diaphragm, larynx, vocal apparatus, lower cerebro-diaphragmatic breathing, vocal folds.

Данная работа посвящена изучению фонационного вдоха, его роли в формировании профессиональных качеств голоса певца. Актуальность темы заключается в том, что, зная предложенный материал, певец, возможно, будущий педагог, сможет правильно воспользоваться своим голосом и сохранить его на долгие творческие годы.

Овладение искусством пения требует больших усилий и длительного времени. Основные трудности связаны с незнанием устройства голосового аппарата, принципов его работы, поэтому очень важно детально изучить его строение и функции. Начинающий певец сталкивается с рядом трудностей и

вопросов, которые в процессе правильного обучения исчезают и становятся понятными.

Работа певческого аппарата скрыта от глаз, поэтому певец должен опираться лишь на свои ощущения, музыкальный слух и профессионализм педагога. В процессе пения участвует весь организм, а не отдельный орган. Только слаженная работа всего организма способна дать положительный эффект. Поэтому крайне важно подходить ответственно к каждому занятию. Человеческий голос – тончайший инструмент, который требует бережного отношения и внимания. Любые закрепленные неправильные навыки сложно искоренить. Следовательно, систематические и осознанные занятия приводят к максимально положительному результату: здоровому голосу, хорошей вокальной технике, высокому профессиональному уровню певца.

Голосовой аппарат работает, как единый механизм, и без слаженной работы каждой его составляющей нет качественного результата. Все его части взаимно влияют на работу друг друга, и крайне важно изучать работу как аппарата в комплексе, так и работу каждой отдельной части. В случае неэффективной работы одного из участков голосового аппарата идет компенсация его работы работой другой части голоса. Отсюда появляются различные зажимы, напряжение голосовых складок, теряется тонус, а как следствие, появляются дефекты и различные болезни голосового аппарата.

В практике работы над координацией органов голосового аппарата следует учитывать особенности певца: индивидуальное строение голосового аппарата, эмоциональный тонус певца, особенности психотипа студента.

Физиология очень важна в формировании профессиональных навыков певца. Учения академика И.П. Павлова доказали взаимосвязь телесных и психических процессов. Наша мускулатура будет правильно функционировать, если первое время будет подчинена контролю нашего сознания, пока не выработаются верные навыки, и мышцы не смогут воспроизводить их автоматически. Поэтому крайне важно добиваться как можно скорее наработки верных мышечных движений и, конечно же,

правильного фонационного вдоха и выдоха. Дыхание – это основа пения. Если оно функционирует неверно, нарушается вокальная установка, а следовательно, не рождается профессиональный звук.

Вдох – один из важнейших действий в жизнедеятельности человека, он осуществляется произвольно и самостоятельно. Однако фонационный вдох – процесс, контролируемый сознанием. Правильный вдох предопределяет выдох, а значит, дальнейшее звучание голоса певца. Студент должен осознанно делать вдох, распределяя полученный воздух на протяжении вокальной фразы. Это требует особого внимания и концентрации певца.

Фонационный вдох осуществляется бесшумным затягиванием воздуха через нос и верхнюю часть ротовой полости на полувздохе. В зависимости от характера, динамики и длины фразы зависит и длина вдоха: он может быть коротким или достаточно продолжительным.

Во время правильного фонационного вдоха расширяется нижняя часть грудной клетки, которая фиксируется, образуя «певческий пояс». В это время диафрагма сокращается; автоматически напрягаются мышцы брюшного пресса. В процессе фонационного выдоха брюшной пресс «подает» воздух с помощью эластичных движений, в зависимости от поставленных вокально-технических задач. Именно диафрагма и мышцы брюшного пресса создают мощную воздушную опору для звука, без которого не происходит должное подкладочное давление, теряется сила звука, его полетность, тембр. Сохранение дыхательной установки посредством напряжения межреберных мышц, а также мышц спины, способствуют замедлению выдоха, удерживают воздух.

Следует учитывать физическое состояние певца, так как от этого напрямую зависит работа мышц голосового аппарата. Недостаточный тонус организма приводит к нарушению привычного функционирования аппарата. Чтобы управлять работой голосового аппарата, необходимо придерживаться определенного режима. В первую очередь, стоит обратить внимание на устойчивость нервной системы. Необходимо ее беречь, так как работа мышц

напрямую связана с ее деятельностью. Не подвергать нервную систему чрезмерным нагрузкам, перенапряжению. Нужно грамотно сочетать работу и отдых. Чаще гулять на свежем воздухе Хороший сон не менее 7 часов. Калорийное и разнообразие питание. Следует включить в свой режим зарядку и умеренные физические нагрузки.

Очень важно помнить об оптимальном количестве воздуха при вдохе. Чрезмерное количество воздуха «зажимает» мышцы и способствует выбросу лишнего воздуха. Это приводит к нарушению распределения дыхания во фразе, следовательно, к потере кантиленой техники звуковедения, появляются различные певческие дефекты (тремоляция, качка, форсированное звучание, фальшивое интонирование, горловые и носовые призвуки). Поэтому дыхание должно быть строго размерено и соответствовать поставленным вокальным задачам. Л.Б. Дмитриев в результате опытов с известными певцами пришел к выводу, что во время исполнения произведений певец неосознанно использует различные типы дыхания, которые помогают воплощению творческих задач. Дыхательная система сама регулирует и находит необходимый тип дыхания для данного момента. Грудное дыхание позволяет приобрести звучность голоса, создает возможности для длительного выдоха, при умении его сберечь. Однако такой тип дыхания не позволяет в полной мере использовать динамическую нюансировку. Брюшной тип дыхания предполагает пластичную работу мышц пресса, благодаря чему достигается мощный по динамике звук. Несомненным минусом брюшного типа дыхания является отсутствие возможности использовать различную динамическую нюансировку. Нижнереберно-диафрагматический тип дыхания является наиболее оптимальным типом дыхания. Его использование позволяет достигнуть большой силы звучания голоса, его гибкости, способствует созданию разнообразной богатой тембральной палитры. Нижнереберно-диафрагматический тип дыхания создает оптимальные условия для работы диафрагмы, оптимизируется ее регулировочная функция.

Начиная с XVI века, вокальные педагоги приходили к выводу о необходимости бесшумного фонационного вдоха. П. Този и Дж. Манчини отмечали недопустимость пения с придыханием, не перебирать вдох, искусно расходуя дыхание впоследствии. Итальянский педагог Фр. Флоримо считал, что дыхание должно быть бесшумным. Певец и педагог И. Микш говорил об умеренности вдоха, считая, что недостаток или перебор воздуха одинаково плохо влияют на качество звука. Роль фонационного вдоха и влияние на дыхание не была изучена, но все отмечали важность бесшумного вдоха как бы «на улыбке». Вокальные партии того времени с обилием колоратурной техники: каденций, трелей, пассажей, требовали филигранной работы дыхания. В процессе развития оперы изменились требования, поставленные задачи для певцов: увеличение силы звука, перенос драматических кульминаций в высокую тесситуру голоса, повышение плотности звучания оркестра и усиления его звучности. Это потребовало перехода на другой тип дыхания – нижнереберно-диафрагматического. Но, несмотря на смену типов дыхания, фонационный вдох остался одним из ключевых моментов для формирования основ дыхания, а следовательно, и пения.

В процессе современных исследований дыхания были выявлены профессиональные особенности фонационного вдоха, влияющие на формирование певческого звука. Необходимо сделать следующие выводы:

1. При правильном певческом вдохе не нарушается установка полужевка.
2. Полужевок способствует расширению входа воздуха в гортань, помогает активной работе внутрибронхиальной мускулатуры.
3. Гортань получает возможность удерживать свое свободное среднее или умеренное низкое положение без напряжения, не напрягая при этом корня языка.
4. Приподнимается и расширяется грудная клетка, нижние ребра раздвигаются в стороны.

5. Предохраняется работа истинных голосовых складок от высушивания их слизистой оболочки.

6. Расширяется вход в гортань, благодаря естественному положению надгортанника, черпаловидных хрящей и ложных голосовых связок.

7. Певец предохраняется от перебора лишнего воздуха, приучается к экономному посылу дыхательной струи.

8. Обеспечивается поперечное внутрибронхиальное давление.

9. Все мышцы гортани работают более легко, свободно и эластично.

10. Певец получает возможность приобщиться к бесшумному эстетическому вдоху, что очень важно, особенно в работе со звукозаписывающей аппаратурой.

Таким образом, правильное формирование фонационного вдоха крайне важно для красивого, профессионального звука и сохранения здоровья голоса. Певец должен помнить, что пение – сложный процесс, который требует огромного внимания и концентрации. Большой процент проблем, связанных с неправильной постановкой голоса, заключается в ошибках на первых этапах обучения. Ведь именно в этот период закладываются фундаментальные навыки.

Список используемой литературы:

1. *Агин М.С.* Развитие певческого голоса (теория и практика). Учебно-методическое пособие. 2-е изд. – М.: ПРОБЕЛ-2000, РАМ им. Гнесиных, 2016. – 104 с.

2. *Багадуров В.А.* Очерки по истории вокальной методологии. – М., 1956. – 395 с.

3. *Дмитриев Л.Б.* Основы вокальной методики. – М.: «Музыка», 1968. – 676 с.

4. *Ярославцева Л.К.* Зарубежные вокальные школы. – М.: ГМПИ, 1981. – 199 с.