Детский певческий голос, его постановка

 Через пение ребёнок осуществляет огромный рывок в эмоциональном, музыкальном и познавательном развитии. Музыкальный образ песни, благодаря словесному тексту, становится понятным и близким детям. Это развивает у них эмоциональную отзывчивость на музыку - главную составляющую музыкальности. В пении, как ни в каком другом виде музыкальной деятельности, очень успешно и быстро развивается интонационный звуковысотный слух - одна из основных музыкальных способностей, без которой музыкальная деятельность невозможна вообще.

 В процессе пения развиваются следующие музыкальные способности - тембровый и динамический слух, ладовое чувство, музыкальное и образное мышление, музыкальная память. В пении происходит общее развитие ребенка - формируются его высшие психические функции, развивается речь; происходит накопление знаний об окружающем; ребенок учится общаться со сверстниками в хоровом коллективе, взаимодействовать в едином процессе творчества. Поскольку пение - психофизиологический процесс, связанный с работой жизненно важных систем, таких как дыхание, кровообращение, эндокринная система и др., важно, чтобы голосообразование было правильно, природосообразно организовано, чтобы ребенок испытывал ощущение комфорта, пел легко, с удовольствием.

 Иногда, при неправильном режиме голосообразования, при нарушении гигиенических норм ребенок испытывает напряжение гортани, а это приводит к усталости голоса, который будет звучать неестественно - тяжело и некрасиво. Такие условия могут привести к серьезным заболеваниям голосового аппарата. Необходимо соблюдать правильный режим голосообразования, что является результатом специальной работы по постановке детского певческого голоса. Такую работу необходимо всегда начинать с детьми в дошкольном возрасте, благоприятном для становления основных певческих навыков.

 О необходимости раннего обучения правильной вокализации говорил еще А.Е. Варламов, основоположник русской вокальной школы, педагог и композитор. Он считал, что при соблюдении всех правил постановки детского голоса на занятиях, голос приобретает гибкость и силу, что взрослому даётся с трудом.

Та же мысль неоднократно подчеркивалась и в работах исследователей (И.И. Левидова, В.А. Багадурова, Е.А. Аркина, Е.И. Алмазова и др.), посвященных детскому певческому голосу. Ученые считали, что любовь к музыке воспитывается при правильном развитии певческого голоса уже в дошкольном возрасте, оберегая его от крика, от излишнего напряжения голосовых связок.

 В разные годы и педагоги-практики Н.А. Метлов, Е.С. Маркова, Е.П. Иова, Е.М. Дубянская, Р. Краснобродская и др. писали о необходимости создания научной работы по постановки детского певческого голоса именно в детских учреждениях, предлагая очень интересные авторские приемы, которые способствуют формированию певческого звукообразования, дикции, дыхания, чистоты интонирования.

 Однако в сегодняшней практике музыкального воспитания педагоги не занимаются постановкой детских певческих голосов в собственном смысле этого слова. Занятия с детьми по пению в большинстве случаев сводятся к разучиванию песен и работе над чистотой интонирования мелодии голосом. Этому много причин, в том числе отсутствие специальной методики постановки певческого голоса дошкольника. Она, к сожалению, не создана до сих пор, что наносит серьезный ущерб не только певческому и общему музыкальному развитию детей, но и их здоровью.

 Сложность ситуации заключается не только в том, что методика постановки певческого голоса - самая тонкая и сложная в сравнении с методиками по другим видам музыкальной деятельности, но и в том, что ее реализация предполагает владение педагогом своим собственным певческим голосом, чтобы красиво и правильно показывать песни детям. Для обучения детей необходимо сформировать у них основные певческие навыки. В свою очередь педагог должен понимать механизмы вокализации и, конечно же, обладать особой способностью - вокальным слухом для коррекционной работы.

 Некоторые результаты и выводы из специального исследования, посвященного изучению и постановке детского певческого голоса, которое мы начинали вместе с И.Г. Владимировой, будут приведены ниже. Мы полагаем, что они помогут педагогу в работе не только с детским, но и со своим певческим голосом, поскольку все голоса ставятся, в основном, одинаково. Разница в том, что в работе с детьми превалируют опосредованные образные приемы.

 Один из главных выводов этого исследования - голоса детей в дошкольном детстве делятся, как минимум, на три природных типа: высокие, средние и низкие, каждый из которых характеризуется присущими ему тембровой окраской (главный показатель типа голоса), общим звуковысотным и примарным диапазонами звучания. Общий диапазон - это расстояние от нижней до верхней границы певческого голоса; примарный диапазон - это область наиболее свободного, естественного и красивого звучания, которая находится в середине общего диапазона.

 Выдвигая это положение, мы исходили, прежде всего, из анализа звучания детских голосов, а также данных, согласно которым характеристика голоса зависит не только от тех органов, которые только начинают складываться в дошкольном детстве (известно, например, что вокальные связки как таковые начинают формироваться только в 6 лет), но и от других органов певческого аппарата, уже сформированных у детей и индивидуально различных.

 Г.П. Стулова на основании исследования певческих голосов детей от новорожденности до 10 лет утверждает, что регистровые различия слышны уже в голосах новорожденных и детей раннего возраста.

 В работе Н.А. Ветлугиной есть интересное с этой точки зрения замечание: при ларингологическом обследовании детей врач констатировал

перспективы формирования в дальнейшем низкого или высокого голоса, судя по общему комплексу голосового аппарата, а в исследовании А.И. Катинене содержится констатация «качественного своеобразия певческого звучания и певческих диапазонов детей 5-7 лет» и вывод о необходимости учета этого своеобразия.

 Однако публикация этих положений не повлекла за собой соответствующих методических выводов. Все дети в детских садах по прежнему поют ту или иную песню все вместе, в одной тесситуре, в одном диапазоне, как будто не существует никаких природных различий в их голосах. В результате тональность, тесситура и диапазон песни оказываются подходящими, удобными для одних детей и неудобными, не соответствующими природе голоса, а значит, вредными - для других. Интересно при этом, что все педагоги, с которыми нам приходилось встречаться и говорить на эту тему, безусловно признают природные различия в певческих голосах детей дошкольного возраста.

 Учет в вокальной работе типов певческих голосов детей приводит к более высоким результатам в их вокальном, слуховом и общем музыкальном развитии. По нашим данным, в частности, ребенок в удобной для него тональности, соответствующей природе, типу его певческого голоса, поет значительно чище интонационно, гораздо свободнее и красивее, чем в неудобной.

 Тип голоса ребенка, как и взрослого, может быть определен с достаточной достоверностью только после проведения специальной работы по его постановке. А поскольку существующая методика певческого воспитания дошкольников такую работу не предусматривает, первичная диагностика типа певческого голоса носит сугубо предварительный характер. В процессе занятий у некоторых детей голос может приобрести другие типовые характеристики, и, соответственно, этот ребенок займет другое место в хоре.

 Тем не менее первичная диагностика певческих голосов необходима. Она помогает педагогу грамотно построить свою работу.

 Первое диагностическое занятие, как, впрочем, и последующие, проводится индивидуально. Педагог приглашает ребенка в музыкальный

зал и на фоне положительного эмоционального общения с ним задает несколько любых вопросов («Кто тебя сегодня провожал в детский сад?», «Как ты себя чувствуешь?» и т.п.). Ребенок отвечает на вопросы, а педагог, прислушиваясь к звучанию его естественного речевого голоса, определяет его тип (высокий, средний или низкий) и примарную речевую зону (например, ре1 - фа1, до1 - ми1, си-бемоль - до-диез1).

 Поскольку эти речевые характеристики чаще всего совпадают с естественными певческими, а певческие характеристики, которые ребенок часто приобретает под влиянием неправильного обучения, бывают искажены (у детей формируется установка: петь надо всегда очень высоко и тоненько, и они попросту начинают пищать), начинать диагностику лучше с выявления речевых характеристик.

 Зафиксировав в заранее приготовленном протоколе свои впечатления о типе речевого голоса ребенка и области, где он в основном звучит, педагог предлагает ребенку спеть песню, какая ему нравится или какую учили на музыкальных занятиях. Педагог пока не аккомпанирует ребенку, чтобы он спел в удобной для себя, а не в предлагаемой тональности. Услышав, в какой тональности поет ребенок, педагог может поддержать его аккомпанементом. В протоколе фиксируются: тип голоса по тембру и примерная область наиболее свободного и естественного звучания (как их слышит педагог во время пения песни).

 Затем специально определяются общий и примарный диапазоны певческого голоса ребенка. Ему предлагается легкая короткая полевка, например, поступенный ход вниз от III к I ступени на слове «мама» (III - II - I - ма - а - ма), начиная со средней части общего диапазона по полутонам вниз до момента, когда ребенок начинает повышать. Это нижняя граница общего диапазона. Затем - по полутонам вверх, очень осторожно, до момента, когда ребенок начинает понижать. Это верхняя граница общего диапазона. По ходу воспроизведения ребенком всех этих звуков педагог отмечает границы примарного диапазона, где голос звучит наиболее свободно и красиво. Полученные данные заносятся в протокол.

 По результатам проведенной диагностики конкретная группа детей делится на три подгруппы: дети с высокими, средними и низкими голосами. На музыкальных занятиях хор располагается по этим подгруппам: слева - группа детей с высокими голосами, в центре - со средними, справа - с низкими. Детей со средними голосами, как правило, больше всего.

 По подгруппам поются и распевки, и песни. В программе «Гармония» предлагается соответствующий репертуар. Ниже в качестве примеров приводятся распевки по голосам (приложение) и очаровательная песня «Галчонок» (приложение 2) из этой программы, которая легко «раскладывается» по голосам: первую половину каждого куплета поют высокие и средние голоса, вторую половину - низкие.

 В том случае, когда педагог хочет дать детям какую-то песню дополнительно, ее можно предложить одной или двум подгруппам голосов или транспонировать в удобные для них тональности; можно «разбросать» по подгруппам запев и припев, если построение песни позволяет сделать это.

 Целенаправленную работу по постановке певческого голоса ребенка нужно начинать с укрепления его примарного диапазона. И распевки, и песни на начальном этапе обучения должны располагаться в этой области и по диапазону не превышать терции, в крайнем случае - кварты. Затем голос развивается вниз и только потом - вверх. Занятия проводятся индивидуально, по подгруппам хора и со всем хором. На начальном этапе постановки певческого голоса преимущество отдается индивидуальным занятиям.

 Достаточно долго существовало мнение о необходимости использования в работе с детьми до 10-11 лет только фальпетной манеры голосообразования. В дальнейшем распространение получила противоположная точка зрения: в вокальном воспитании детей (того же возраста) нужно использовать главным образом грудное звучание голоса. Однако едва ли можно предположить, что использование в процессе обучения только одного голосового регистра (фальцетного или грудного) целесообразно для развития детских певческих голосов.

 Работа, построенная с учетом природных типов певческих голосов на основе естественного включения всех природных регистров, в том числе микстового, способствует сохранению здоровья певческого аппарата, развитию голоса и слуха, общему музыкальному развитию детей.

 Певческий аппарат ребенка в дошкольном возрасте анатомически и функционально только начинает складываться, и поэтому задача охраны детского певческого голоса является главной. Дети должны петь легко и звонко, музыкально и выразительно. Пение должно быть удобным, доставлять детям удовольствие, тогда они будут любить этот вид музыкальной деятельности.

 При обучении пению детей (и взрослых) необходима реализация основного принципа - принципа единства их художественного и вокально-технического развития.

 Не предлагая законченную методику постановки певческого голоса дошкольника, остановимся на некоторых самых общих ее положениях, которые могут помочь музыкальному руководителю в организации певческой работы с детьми.

 Прежде всего, необходимо исключить форсирование звучания голоса. Дети никогда не должны петь громко. Громкое, на пределе голосовых возможностей пение, «пение-крик» не соответствует ни анатомо-физиологическим возможностям детей, ни эталону звучания детского певческого голоса. Оно ставит под угрозу здоровье певческого аппарата.

 Дети должны петь звонко, легко, средним по силе звуком, соответствующим возможностям каждой возрастной группы дошкольников. «По сравнению с голосом взрослого певца, детский голос обладает уменьшенной силой, более узкими динамическим и звуковысотным диапазонами, несколько сниженной дикцией» (В.П. Морозов).

 Ребенок в дошкольном возрасте может овладеть элементами резонансной техники пения, которая является оптимальной при обучении этому виду искусства (Морозов В.П. Искусство резонансного пения, 2002).

 Начинать вокальные занятия с детьми необходимо с формирования правильной «певческой стойки» - положения корпуса и головы во время пения. Она способствует организации певческого дыхания и резонирования, которые являются основой красивого певческого звука, обеспечивая его всеми необходимыми качествами.

 У ребенка должно быть сформировано ощущение свободно и красиво стоящего человека, который готов с удовольствием начать петь. Ноги - почти на ширине плеч, носки чуть развернуты в стороны. Корпус прямой, но свободный, опирающийся на твердые, но не напряженные ноги. Руки свободно опущены вдоль туловища. Толоса держится прямо, шея не напряжена.

 Постоянная работа над «певческой стойкой» идет постепенно и терпеливо. Положения корпуса и головы в процессе занятий уточняются, пока не сформируется привычка стоять правильно и красиво.

 Постоянно проводится и корректируется работа над певческим дыханием, которое является главным звеном единого певческого процесса. «Пение - это дыхание» - аксиома, известная всем, кто занимается этой областью искусства. Сейчас, наверное, можно определить механизм пения как механизм «резонирующего дыхания».

 В певческом дыхании можно выделить три основных звена:

1) вдох, 2) сохранение вдоха на протяжении всей музыкальной фразы и 3) выдох с резонированием звука и поддержкой снизу столба дыхания. Детям легко объяснить: «Вдыхаем мы носиком, как будто нюхаем розочку». Дальнейшее уточнение идет по линиям: вдыхаем с удовольствием, на полуулыбке, берем не очень много воздуха. Он попадает в нижнюю часть наших легких, как бы надувая там «резиновый круг» (с помощью которого дети учатся плавать).

 Дети легко ставят руки по бокам на нижние ребра, не прижимая их и контролируя место вдоха. Педагог помогает детям организовать правильный вдох, используя «мыслеобраз» «резинового круга», который надет на уровне нижних ребер. Можно показать детям реальный резиновый круг, но он не должен быть сильно надутым, чтобы не возникло желание набрать в легкие много воздуха.

 Важно, чтобы во время вдоха не поднимались плечи. Правильный вдох тоже формируется постепенно. Сначала раздвигаются в стороны нижние ребра, а затем, по мере тренировки, начинает ощущаться во вдохе и нижняя часть спины, которая слегка отодвигается назад.

 Следующим моментом является сохранение состояния вдоха. Педагог говорит детям, что надо постараться, чтобы «резиновый круг» сохранился, не опал до начала пения. Можно удивиться, как замечательно надулся наш «резиновый круг», представить его себе. Это помогает сохранить так называемую «вдыхательную установку» (Л.Б. Дмитриев), которая организует весь певческий аппарат, полностью подготавливая его к началу фонации. В дальнейшем, по мере тренировки ребенок научится сохранять состояние вдоха на протяжении всей музыкальной фразы.

 Состояние и понятие «вдыхательной установки» значительно упрощает, минимизирует процесс организации сложнейшего певческого аппарата, делает его управляемым. Правильный вдох организует все, в том числе полость рта как часть верхних резонаторов. Здесь нужно проследить, чтобы у ребенка не были сжаты зубы и была свободна нижняя челюсть.

 Ощущение вдоха необходимо сохранить на протяжении всей пропеваемой фразы, не потерять, не «уронить» вдох. Состояние радостного удивления помогает сохранить ощущение вдоха. Этот навык тоже формируется постепенно, по мере укрепления мышц, ответственных за состояние вдоха, и мышц, поддерживающих «столб дыхания».

 Чтобы вдох «не упал» и возникающий во время пения воздушный столб имел опору, его надо поддержать. Делается это прямой мышцей живота, которая подтягивается в направлении вверх. Это движение возникает непроизвольно, когда дети имитируют лай собачки: «ав-ав». Можно предложить им положить руки на живот и почувствовать, как он в это время движется. Затем короткое «ав-ав» переходит в длинное «а-а-а-а-в» с тем же движением передней мышцы живота. В дальнейшем эти движения отрабатываются как произвольные.

 «Столб дыхания» - непрерывно льющаяся струя воздуха - направляется вверх, «за зубки» -за верхние передние резцы - и попадает в верхние резонаторы. Так организуется «высокая позиция» звука, благодаря которой певческий звук приобретает звонкость. Это важнейшее качество певческого голоса придает ему полетность. возможность преодолевать пространство, в театре - лететь через оркестр, быть слышимым на фоне хора и других солистов.

 Нахождение «места резонирования» - один из самых трудных и индивидуальных моментов постановки певческого голоса. В то же время звонкость голоса, возникающая благодаря резонированию, - это то его качество, сформировать которое позволяют анатомо-физиологические особенности певческого аппарата ребенка и которое является ведущей характеристикой эталонного звучания детского певческого голоса.

 Упражнение с закрытым ртом на звук «м», как и упражнение «Колокол» («Бом, бом»), во время которых возникает ощущение вибрации губ и «маски», помогают найти это «место». Старшие дошкольники уже могут ощутить вибрацию и зафиксировать резонирование звука. Они учатся сохранять резонирование и во время пения с открытым ртом.

 Детям можно объяснить и необходимость непрерывного «пролива» звука, постоянно льющегося дыхания. Этому помогает упражнение с перышком или пушинкой, которая подвешивается на ниточке, прикрепленной к палочке. Дети делают певческий вдох, а затем медленно непрерывно выдыхают, стараясь, чтобы пушинка, которая находится на небольшом расстоянии от лица на уровне рта, отклонившись от выдоха, не опадала. В процессе этого упражнения хорошо тренируется система дыхания, укрепляются дыхательные мышцы.

 Известно, что занятия пением, если они включают постановку певческого голоса и строятся грамотно и природосообразно, способствуют физическому развитию детей, укреплению их здоровья. В противном случае они могут нанести вред детскому организму, привести к заболеваниям певческого аппарата.

 Еще одно важное звено певческого процесса - артикуляция. Если у ребенка нет каких-либо дефектов произношения, работа над артикуляцией не должна быть утрированной, чтобы не нарушать «вдыхательную установку» и не вносить дополнительного мышечного напряжения. При достаточном владении певческим дыханием артикуляция будет естественной и легкой. Ее четкость во многом зависит от понимания ребенком смысла произносимых слов.

 Перед тем, как педагог начнет работать над песнями, детей необходимо распеть. Распевки «разогревают» певческий аппарат, на них легче формировать певческие навыки и интонационный звуковысотный слух. Распевки не должны быть скучными и длинными. Чаще всего это небольшие песенки и попевки с мелодической линией, идущей, в основном, сверху вниз, поскольку при этом легче сохраняется «высокая позиция» звучания.

 Наряду с кантиленными распевками, для активизации дыхания могут быть предложены веселые стаккатированные упражнения. Поскольку распевки даются по группам голосов, на занятии можно дать двет-ттри распевки. Наряду с постоянными, которые звучат на каждом занятии и служат материалом для последовательной работы над голосом, педагог может использовать специальные распевки, готовящие детей к вокальной и интонационной работе над конкретной песней. Ниже мы приводим примеры некоторых распевок, которые предназначены для трех природных типов детских голосов.

 Очень важно сформировать у детей перцептивный, слуховой эталон прекрасного пения. Для этого нужно на занятиях, посвященных пению, давать им слушать записи выдающихся певцов. Методика этого раздела занятий с детьми должна быть специально отработана.