

Тема нашего занятия: **«Мягкая атака звука»**

Чтобы вам правильно петь, нужно держать голос в певческой позиции, помогает в этом ощущение опоры.

Опора, это особое ощущение, соответствующее определённой слаженной работе дыхательных и вокальных мышц. Диафрагма - тонкая мышечно-сухожильная перегородка, изогнутая в виде купола, обращенного выпуклой поверхностью в грудную полость, которая отделяет ее от брюшной полости.

Мы уже знаем, что ребра образуют грудную клетку, в которой расположены сердце, легкие. Когда легкие наполняются воздухом (при вдохе), они приобретают больший объем, раздвигают ребра - это и есть реберное, грудное дыхание. Известный педагог И.П.Пряничников советует "учиться набирать в легкие воздух". Давайте начнем этому учиться с помощью простых дыхательных упражнений, которые разовьют и укрепят дыхательный аппарат. У певца иногда не хватает дыхания даже на короткую вокальную фразу, так как взятый во время вдоха воздух непроизвольно расходуется. Излишнее, непроизводительное расходование воздуха, как правило, есть следствие вялой работы голосовых складок и неорганизованного дыхания. Лишь постепенное усвоение навыков правильного звукообразования приводит к значительному улучшению дыхания. Этому в значительной мере способствуют предлагаемые упражнения на координацию выдоха со звуком. Они служат целям освоения длительного и плавного фонационного выдоха.

Первое упражнение - положи руки ладонями на ребра (на бока, пальцами к центру груди) и глубоко (до пупка) вдохни. Не поднимай плечи. Руки ощутят как расходятся ребра под напором входящего в грудь (в легкие) воздуха. Это означает, что ты взяла приличный объем воздуха. Сбрось дыхание, выдохни. Руки должны ощутить, как опали ребра.

Второе упражнение - форсированный выдох.

Стоим прямо, носки и пятки вместе, руки свободно опущены вниз, спина прямая, смотрим прямо перед собой. Выполнение упражнения напоминает пыхтение паровоза. Сделай через нос несколько резких вдохов-выдохов сначала медленно, затем все быстрее и быстрее. Плечи и корпус при этом должны оставаться неподвижными. Резкие вдохи-выдохи выполняй сначала 5 раз и постепенно доводи до 15 раз. Затем, откинув голову до предела назад и глядя вверх, повторяем упражнение. То же упражнение проделываем, глядя на пол на расстоянии полутора шагов от пальцев ног, а затем — опустив подбородок на грудь и глядя на кончики пальцев ног

Сейчас мы с вами проделаем следующие упражнения с включением в дыхание звуковых форм:

Упражнение 1.

Встаньте прямо. Ноги поставьте на ширину плеч. Поднимите руки, сцепленные в замок, над головой. На «полузевке» сделайте вдох через нос. Теперь на выдохе протяжно, негромко, на удобной высоте звучания голоса

произнесите звук **м**. Следите за его плавностью. Ощущение легкости, свободы и «удобности» звучания голоса, а также звучания его в грудной клетке — один из основных показателей правильно выполненного упражнения.

Упражнение 2

Сделайте бесшумный вдох через нос и задержите дыхание. Откройте широко рот, мысленно подумайте, что произносите гласную **а**. Затем, не закрывая рот, натяните губы и легко произнесите звук **м**. Звучание будет правильным, если указательные пальцы, приложенные к крыльям и спинке носа, ощутят легкую вибрацию хрящей и костей носа. Такая же вибрация должна ощущаться губами, зубами и областью переднего отдела твердого нёба.



Плакат - «Зоны ощущений вибрации в резонаторах при пении»

Мы говорим о головных резонаторах, то есть о месте, куда посылается поток воздуха, звука. А как он посылается?

“Атака” звука — это посыл дыхания в момент начала звука. Физиологи говорят, что атака звука — это способ и быстрота, при которой дыхательная щель переходит от дыхательного положения к голосовому; момент и степень замыкания голосовых связок. Атака оказывает большое влияние на голос в момент его зарождения. Различают три типа атак: мягкая, твёрдая, придыхательная.

«**Мягкая атака**», при которой процесс смыкания голосовых складок происходит одновременно с началом выдоха. «Мягкая атака состоит в сближении, но неплотном смыкании голосовых складок, и не перед началом звука, а в самый момент звука.» С этим высказыванием соглашаются и Ф.Ф.Заседателев И.И. Левидов, и А. Музехольд Г.П. Стулова пишет: «Несомненно то, что при мягкой атаке происходит, конечно, раздвижение не сомкнутых предварительно (как при твердой атаке) складок, а лишь сближенных, и поэтому этот способ атаки звука называется мягкой» З.И. Аникеева и Ф.М.Аникеев в книге «Как развить певческий голос» утверждают: «Мягкая атака характеризуется наилучшим тембром, интонационной точностью, спокойным дыханием и одновременным включением голосовых складок и дыхания в работу.»

Как бы то ни было, при мягкой атаке выдох незначительно опережает неплотное закрытие голосовой щели, слишком плотного смыкания и напряжения голосовых складок нет. Закрытие голосовой щели совпадает с моментом начала звучания, призвуки не возникают. Мягкая атака может быть различной в зависимости от степени смыкания (сближения) голосовых

складок. В отдельных случаях, при более плотном смыкании голосовых мышц она может приближаться к твердой атаке.

Итак, наилучшей является мягкая, но точная атака, при которой звук рождается без толчков и придыхания, без жёсткого удара по голосовым связкам. Это обеспечивает плавное голосоведение, наиболее красивый тембр голоса, охраняет связки от переутомления. Но, в отдельных случаях, при вялости голоса или как средство выразительности, надо применять твёрдую атаку.