

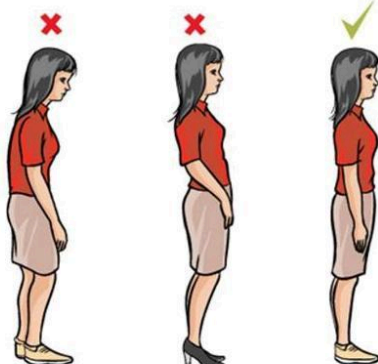
Певческая установка

Чтобы песне зазвучать
Нужно правила узнать.
Установку сидя, стоя
Никогда не забывать.
Если петь начать хотим,
За установкой проследим.



Казалось бы - какая разница в какой позе петь? Может ли положение тела влиять на качество звука? Ответ - да, разница есть, и вы можете сами в этом убедиться. Попробуйте петь любую песню (например *во поле берёзка стояла*) в трёх различных положениях - стоя, лёжа и сидя. Вы очень скоро поймёте, что разница вполне ощутима. Для достижения максимально эффективного результата лучше всего петь стоя. При этом совсем не обязательно быть вытянутым как струна. Распеваться следует стоя прямо с расправленными плечами.

Певческая установка в положении стоя



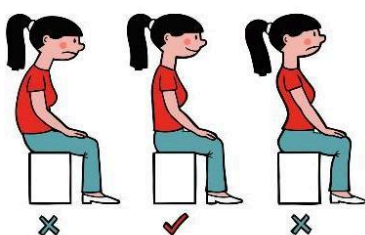
Стоя петь мы начинаем,
Установку проверяем.
Сразу плечи расправляем
Спину ровно выпрямляем.
Голову не задираем
Руки вниз мы опускаем
Ноги ровно у ребят
На полу всегда стоят.



Мы часто видим (например в мюзиклах), как люди поют сидя, лёжа или неудобно перекосившись. Они уже умеют петь, и для них это не составляет особого труда. Начинающему же вокалисту необходимо концентрироваться на закреплении правильных

певческих навыков. Все ваши старания могут быть сведены на нет пением в зажатой, неестественной позе. Пение, независимо от позы вовлекает работу одних и тех же дыхательных мышц, которыми вы должны научиться управлять. В принципе, если вокалист владеет певческим дыханием, его голос будет звучать полноценно в любой позе (в пределах разумного само собой).

Певческая установка в положении сидя



Чтобы нам красиво петь.
Нужно правильно сидеть,
Спину надо не сгибать.
Прямо голову держать
Руки пусть лежат свободно
На коленях, как удобно.
Ноги ровно у ребят
На полу всегда стоят.



Ещё одна распространённая ошибка - пение с задранной вверх головой. Есть множество примеров известных вокалистов поющих с поднятым подбородком. Хотелось бы отметить, что комментарии вроде "а вот вокалист Х поёт так и ничего страшного с ним не случилось", чаще всего высказываются от незнания. Многие популярные вокалисты, известные своим "неповторимым вокалом" зарабатывают себе славу ценой здоровья голоса.) При таком пении шея напрягается, а гортань зажимается не давая свободы связкам. В результате образуются зажимы, вокальные мышцы быстро устают, и в итоге вы получите испорченные связки. Лучше всего держать подбородок параллельно полу, или слегка его опустив. Очень полезно петь перед зеркалом - даже если вам не нравится то, что вы там видите.

От педагогов вокала вы услышите требование открывать рот шире. В принципе, это правильно, так как чем больше полость резонатора, тем лучше резонанс, тем легче петь, и тем меньше воздуха мы расходуем, но вместе с тем не следует понимать всё буквально. Не надо забывать, что умеренность - залог здоровья вокального аппарата (и не только). Не зря многие пропагандируют пение в речевой позиции, ведь речь - естественная функция нашего голосового аппарата, большинство людей разговаривают не напрягаясь и могут это делать довольно продолжительное время (лекторы в университете, учителя). Некоторые предлагают для нахождения оптимального раскрытия следующий способ: откройте рот как можно шире и затем, чуть прикрыв, расслабьте скулы. Большее раскрытие приведёт к зажимам и усталости. От себя добавлю, что для эстрадников открывать рот максимально широко совершенно не обязательно. Само

собой, что это зависит от музыкального материала.

Правила пения



Надо стараться петь, улыбаясь,
Лицом, подбородком не напрягаясь!
Петь задушевно, немножко волнуясь!
Просто! И всё же, собой чуть любуясь!

Не горлопанить и не кричать!
Звуки высокие все доставать,
Слыша при этом сопровождение.
Вот что такое красивое пение!

