

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.



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).



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

