

В. В. ЕМЕЛЬЯНОВ

# РАЗВИТИЕ ГОЛОСА

*КООРДИНАЦИЯ  
И ТРЕНИНГ*

ИЗДАНИЕ ШЕСТОЕ.  
СТЕРЕОТИПНОЕ



Санкт-Петербург • Москва • Краснодар



## ПРИЛОЖЕНИЕ

### ПЕРВЫЙ КОМПЛЕКС УПРАЖНЕНИЙ ФМРГ, КАК ПРИМЕР СИСТЕМЫ-МИСТИФИКАЦИИ

Начиная со следующего параграфа, идет изложение первого комплекса упражнений метода в виде словесного описания двигательных и звуковых заданий. Прошу уважаемых коллег, особенно тех, с кем не довелось общаться лично в практической работе, вспомнить параграфы, в которых говорится о том, что такое система-мистификация, и о показателях певческого голосообразования.

Само же изложение практического применения приемов ФМРГ является примером системы-мистификации. Что это значит? Только то, что именно такая последовательность и именно такое количество упражнений ни в коей мере не является обязательным, и каждый хормейстер или преподаватель пения может на базе приемов и упражнений, а также теоретической информации разработать свою собственную систему и, вполне возможно, что эта собственная система в руках ее автора будет действовать лучше, чем моя, уже потому, что для ее автора будет убедительнее.

Другое дело, что при разработке своей системы вряд ли кто-нибудь поставит артикуляционную гимнастику в самый конец урока или начнет урок сразу же с двухоктавных скачков на *до* третьей октавы. Точно так же, сомневаюсь, что какой-либо преподаватель пения при работе со взрослым опытным певцом-любителем (не говоря уже о профессионале) предложит ему игровые упражнения, предназначенные для дошколят. Предполагается, что всеми нами прежде всего движет здравый смысл, на что и надеемся.

Если же, уважаемые коллеги, кто-либо сочтет возможным применять ФМРГ в его авторском варианте, то я очень надеюсь, что на бедных детей не будут обрушиваться сразу все имеющиеся в первом комплексе упражнения. Безусловно, что способные, музыкальные, координированные дети среднего школьного возраста могут выполнить весь первый комплекс с первого раза. Но это будет значить только одно: то, что он им не нужен, во всяком случае — полностью. Может быть, какие-

либо отдельные упражнения и пригодятся, но это уже требует изучения детей и выяснения «узких мест» технологии, требующих специального воздействия.

Упражнения в первом комплексе расположены в последовательности постепенного усложнения как самих двигательных, слуховых и звуковых заданий, так и формы их изложения и выполнения: от игры — к обучающему и тренирующему абстрактному алгоритму.

Все вышесказанное ни в коем случае не означает запрета для какого-либо возраста или контингента обучаемых на какой-либо из видов упражнений. Все зависит от каждой конкретной ситуации обучения. Естественно, что если взрослый человек на данном этапе не способен пока выполнить какое-либо упражнение в его абстрактном нотно-фонетическом виде, то вполне возможно для него игровое задание. Только игра эта должна быть не на уровне пятилетнего ребенка.

С другой стороны, если детский хоровой коллектив, пройдя все этапы обучения, вышел на точное исполнение упражнений, записанных нотами, то уже явно можно отказаться от игровых упражнений, возвращаясь к каким-либо из них только тогда, когда ситуация принимает определенный вид, требующий повторения пройденного.

И о показателях. Развитие показателей певческого голосообразования при помощи первого комплекса упражнений ФМРГ предполагает следующий результат: звук певцов и всего коллектива приобретает ярко выраженную певческую окраску, большую динамику, большой диапазон. Но все это только на самих упражнениях или отдельно спетых тонах и гласных.

Выражаясь образно, хормейстер получает инструмент. Предстоит еще научиться на нем играть. Пение с согласными, с текстом, сохранение найденного качества тона на произведениях, чистота интонирования, строй, общее «омузыкаливание» — это дело уже другого рода. Эта работа производится по другим критериям — критериям не физиологического или акустического уровня, а музыкально-эстетического, по критериям не метода, не отдельного тона, а по критериям пения. Соответственно и упражнения будут совершенно другие.

## РАЗВИТИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ПЕВЧЕСКОГО ГОЛОСОБРАЗОВАНИЯ

### 1. АРТИКУЛЯЦИОННАЯ ГИМНАСТИКА

Четыре раза слегка прикусите зубами кончик языка. Повторите четыре раза. (Далее каждое задание выполняется четыре раза).

Высовывайте язык до отказа, слегка прикусывая последовательно, кончик языка, и все более далеко отстоящие поверхности.

Покусайте язык попеременно правыми и левыми боковыми зубами, как бы жуя его. Сделайте языком круговое движение между губами и зубами с закрытым ртом. То же в противоположном направлении.

Упритесь языком в верхнюю губу, нижнюю губу, в правую щеку, в левую щеку, пытайтесь как бы проткнуть их насквозь.

Пощелкайте языком, изменяя форму рта. Обратите внимание на изменения щелкающего звука. Попробуйте произвольно издавать более высокие и более низкие щелчки. (Предложите детям пощелкать всем одинаково, т. е. выстроить унисон низкими и высокими щелчками.)

Покусайте нижнюю губу, верхнюю губу, втяните щеки и закусите боковыми зубами их внутреннюю поверхность.

Выверните наружу нижнюю губу, обнажив десны и придав лицу обиженное выражение.

Приподнимите верхнюю губу, обнажив десны и придав лицу подобие улыбки.

Чередуйте два предыдущих упражнения в ускоряющемся темпе.

Пройдите по всему лицу от корней волос на лбу до шеи пальцами круговым разминающим массажем. Обратите внимание на то, чтобы пальцы не терли кожу лица, а сдвигали всю мягкую ткань относительно лицевых костей.

Пройдите по всему лицу поколачивающим массажем кончиками согнутых пальцев. Удары должны быть достаточно сильными, чтобы лицо «загорелось».

Поставьте указательные пальцы горизонтально под глаза и попытайтесь приподнять пальцы мышцами лица, контролируя таким образом активность мышц.

Поставьте указательные пальцы на переносицу и проконтролируйте «сморщенный нос».

Одновременно приподнимите мышцы под глазами и наморщите нос, пытайтесь при этом широко открывать глаза и поднимать брови.

Помассируйте пальцами челюстно-височные суставы.

Сделайте нижней челюстью круговое движение вперед-вниз.

Сделайте нижней челюстью круговое движение вперед-право-назад-влево-вперед.

Соедините движение нижней челюсти вперед-вниз с оттопыриванием (выворачиванием) нижней губы с обнажением десен.

Соедините движение нижней челюсти вперед-вниз с поднятием верхней губы с обнажением десен.

Соедините движение челюсти вперед-вниз с выворачиванием нижней и верхней губ, обнажением десен, приподниманием мышц под глазами и наморщиванием носа. Глаза широко от-

крыты, брови подняты. В этом положении сделайте четыре резких движения языком вперед-назад при неподвижной челюсти и губах. При этом надо не задерживать дыхание, дышать спокойно и бесшумно.

Исполнение упражнений, связанных с работой губ и открытием рта, необходимо контролировать в зеркале. В дальнейшей работе также желателен постоянный визуальный контроль.

## 2. ИНТОНАЦИОННО-ФОНЕТИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ

**Упражнение 1.** Исходное положение: рот открыт максимально движениями челюсти вперед-вниз, верхняя и нижняя губа оттопырены так, чтобы были видны десны, при этом углы рта (губная комиссура) не должны напрягаться, но только натягиваться (натяжение тканей можно проверить пальцами), рот должен иметь форму прямоугольника, поставленного на меньшую грань. Это положение рта обозначается условно буквой [А]. В таком положении производится бесшумный вдох ртом (в перспективе — одновременно ртом и носом). Целесообразно использовать в работе с детьми активизацию через работу кистей рук: руки поднимаются на уровень рта, кисть раскрывается так, чтобы пальцы были растопырены и напряжены, ладонь обращена вперед. Положение кистей совпадает с исходным положением рта. Само упражнение состоит в сильном активном произнесении согласных звуков в следующей последовательности: «Ш, С, Ф, К, Т, П, Б, Д, Г, В, З, Ж». Каждый звук произносится четыре раза. Перед и после каждого звука фиксируется исходное положение рта и делается бесшумный вдох (условно обозначаемый знаком цезуры над «А» в квадратных скобках). Одновременно с произнесением согласных работают кисти: производится сильный короткий удар третьего пальца о большой с быстрым возвращением пальцев в исходное (растопыренное) положение.

Особенности произношения: звуки «П» и «Б» произносятся вытянутыми трубочкой губами так, как если бы надо было произнести слоги «ПУХ» и «БУХ» (можно уточнить и так: звуки «П» и «Б» произносятся влажными частями губ). Звуки «К» и «Г» произносятся только за счет движений языка без закрывания рта, без движения челюсти, т. е. с сохранением исходного положения. Звуки «Т» и «Д» произносятся с прикусыванием кончика языка. При произнесении звуков «В», и «Ж» необходимо обратить внимание на прекращение звука вдохом, что при размыкании голосовых складок и артикуляторных органов не происходило дополнительного озвученного выброса воздуха (примерно: «В-В-В-Ы!», «З-З-З-Ы!», «Ж-Ж-ЖЫ» этого быть не должно!). Прекращение произнесения согласного



при помощи вдоха надо тренировать на глухих продленных согласных «Ф», «С», «Ш».

Целесообразно вне рамок настоящего задания осознать тот самый момент смены направления движения воздуха, т. е., момент перехода выдоха во вдох. Это полезно сделать на озвученном вдохе (инспираторная фонация) на гласной «А», добиваясь одинакового по высоте, тембру и силе звука на выдохе и вдохе, причем ориентиром должен быть звук, получающийся на вдохе. (Принцип самоимитации).

**Упражнение 2.** Исходное положение: рот открыт движением челюсти вперед-вниз, губы расслаблены, пальцами рук проверьте мягкость губной комиссуры, проткнув щеки, т. е. поставив пальцы так, чтобы ощущать провалы между верхними и нижними боковыми зубами, не давая рту закрыться. В таком положении произнесите гласные тихим низким голосом. Глаза широко раскрыты, брови подняты, общее выражение лица — испуганное. Для детей это упражнение называется «Страшная сказка», так как последовательности гласных звуков можно рассматривать как псевдослова, которые складываются в псевдофразы

Последовательность гласных: «У, УО, УОА, УОАЭ, УОАЭЫ, Ы, ЫЭ, ЫЭА, ЫЭАО, ЫЭАОУ».

Произносить гласные нужно без видимых движений губ и челюсти.

**Упражнение 3.** Исходное положение такое же, как в предыдущем упражнении.

Основным элементом упражнения является скользящая (глизсирующая) восходящая и нисходящая интонация с резким переходом из грудного в фальцетный регистр и из фальцетного — в грудной с характерным «переломом» голоса, который условимся называть «регистровым порогом». Условно этот момент срабатывания регистрового порога обозначается буквой «П». В эмоциональном отношении в упражнении присутствует удивленный вопрос-недоумение (восходящая интонация) и ответный возглас облегчения (нисходящая интонация). Для детей упражнение так и называется «Вопросы ответы».

**Упражнение 4.** Исходное положение: мышцы лица расслаблены, рот слегка приоткрыт, язык мягкий, плоский, расслабленный — лежит на нижней губе. Глаза полусонные. Расслабленное выражение лица связано с включением расслабляющего регистра голоса, не имеющего фиксированной звуковысотности, а представляющего собою шумовой, низкий шуршащий-трещащий-скрипящий-рокошущий звук (в немецкой терминологии — «штро-бас»). Штро-бас надо издавать на гласном «А»,

хотя указанное положение языка будет этому препятствовать. Надо добиться чистого гласного «А» на штро-басе с расслабленным, плоско лежащим на нижней губе языком. Условное обозначение (в том числе и в нотной записи) — три косых крестика, стоящих друг за другом.

Упражнение состоит в переходе от штро-баса к грудному голосу на разных последовательностях гласных и, затем, в соединении в одном движении трех регистров: штро-баса, грудного и фальцетного. Эмоционально-образное задание для детей может состоять в настойчивом безнадежном выпрашивании чего-либо и радостном восходящем возгласе (с переходом через порог на фальцет) при неожиданном получении просимого.

**Упражнение 5.** Упражнение не требует какого-либо специального исходного положения и состоит в последовательности звуков, обратной предыдущему упражнению. Издаётся легкий высокий звук в фальцетном регистре, через нисходящую глиссирующую интонацию и регистровый порог переводится на том же гласном в грудной регистр. В грудном регистре гласные переводятся в установленной последовательности с переходом в штро-бас.

В эмоционально-образном отношении это упражнение может быть ключом к начальному этапу работы над голосом в раннем возрасте. Целью упражнения является установление связи голосообразующих движений с объемно-пространственными представлениями. В качестве примера такой деятельности дается задание нарисовать голосом бронтозавра (см. далее) при помощи разных регистров и разных гласных, разной звуковысотности и разной силы звука. Имея в виду перспективу выразительного естественного пения, — на начальном этапе воспитания голоса в раннем возрасте целесообразно воспитать у ребенка способность передавать голосом следующие антинормы незвукового характера: долгий—краткий, длинный—короткий, толстый—тонкий, много—мало, большой—маленький, высокий—низкий (не о звуке!), твердый—мягкий, теплый—холодный, острый—тупой, темный—светлый, блестящий—матовый, гладкий — шершавый.

**Упражнение 6.** Исходное положение такое же, как в упражнении 2. Упражнение является тренировочным материалом для соединения навыка перехода из грудного регистра в фальцетный и обратно с произношением согласных. Упражнения записаны в форме матрицы и могут читаться в любом направлении. Педагог на каждом занятии может выбрать какой-либо вариант прочтения какой-либо строчки, что создает видимость разнообразия и включает в тренаж разные согласные.

**Упражнение 7.** Аналогичное предыдущему с включением звонких согласных.

**Упражнение 8.** Упражнение не требует какого-либо специального исходного положения. Кроме появления в контексте упражнений сонорных согласных и уже знакомого штро-баса, упражнение выполняется еще с двумя приемами: издаванием звука одновременно с выдуванием воздуха через плотно сомкнутые вытянутые трубочкою губы и имитацией звука «Р» вибрацией губ. Упражнение выполняется только грудным регистром. Тренировочный материал также изложен в виде матрицы. Само упражнение записано условными обозначениями (см. Приложение). Основная цель двух новых приемов — активизация фонационного выдоха, т. е. связь голоса с дыханием, отличающимся по энергетическим затратам от обычного речевого.

### 3. ГОЛОСОВЫЕ СИГНАЛЫ ДОРЕЧЕВОЙ КОММУНИКАЦИИ

**Упражнение 1.** Ощутите на ладонях выдох из открытого рта так, как это делают на морозе, стараясь согреть дыханием руки. Выдох должен быть бесшумным, но достаточно интенсивным и равномерным.

**Упражнение 2.** Перевести бесшумный равномерный выдох в шипение горлом, не прерывая потока дыхания. Осознать таким образом механизм торможения выдоха сближением голосовых складок.

**Упражнение 3.** Исходное положение: максимально открытый круговым движением (вперед-вниз) рот, оттопыренные губы, натянутая комиссура, форма рта — прямоугольник, поставленный на меньшую сторону.

Четыре коротких шипящих звука в форме гласного «А» (произнесение гласного «А» шепотом) без движений артикуляционной мускулатуры в паузах и с бесшумным вдохом.

Одновременно с произнесением «А» шепотом резкие соударения большого и среднего пальцев правой руки.

**Упражнение 4.** Исходное положение такое же, как в предыдущем упражнении. После произнесения «А» шепотом и бесшумного вдоха на паузе, произнести гласную «А» звучно грудным регистром. Далее опять пауза без движения артикуляторной мускулатуры и бесшумный вдох. Повторить четыре раза (см. приложение). Правая рука работает на шепотном «А», как в предыдущем упражнении, а левая — делает такие же соударения большого и среднего пальцев на звучном грудном «А». Руки находятся на уровне рта.



**Упражнение 5.** «Волна». Перевод штро-баса в грудной регистр на гласном «А» со все возрастающей силой тона, увеличением объема ротоглоточной полости (все большим открыванием рта). На штро-басе — язык на нижней губе. Упражнение можно сопровождать движением рук, изображающих все большую высоту вздымающейся волны.

**Упражнение 6.** «От шепота до крика». Скажите «раз, два» шепотом, «три, четыре» тихим голосом, «пять, шесть» средним голосом, «семь, восемь» громко, «девять!» очень громко, «десять!!!» крикните!

**Упражнение 7.** Повторите предыдущее упражнение с целью запомнить характер звука и энергетические затраты на крике «десять!!!», сразу же после этого крика поставьте рот в известное исходное положение, сделайте короткий бесшумный вдох и крикните три раза «А!!!» (через паузы и вдохи) со все возрастающей энергией, стараясь сымитировать характер звука крика «десять!».

**Упражнение 8.** «Крик-вой!». Исходное положение такое же: максимально открытый рот. На этот раз после бесшумного вдоха надо перевести крик «А» восходящей интонацией через регистровый порог в фальцетный регистр на гласную «У» с широко открытым ртом (почти «О»). Звук на «У» должен иметь характер громкого воя.

**Упражнение 9.** Упражнение представляет собою соединенные в одном движении упражнения «Волна» и предыдущее «Крик-вой». После «воя» на гласном «У» интонация резко идет вниз на штро-бас и гласный «А» с расслабленным языком на нижней губе.

**Упражнение 10.** «Крик-вой-визг (или свист гортани)». Упражнение имеет целью осознание экстремальных энергетических затрат на верхнем участке диапазона фальцетного регистра (или с переходом на свистковый регистр). При переходе с «воя на визг» возможно срабатывание еще одного регистрового порога, переводящего гортань из фальцетного в свистковый регистр.

**Упражнение 11.** «Волна с криками чаек». Упражнение представляет собою соединенные в одном движении упражнения № 9 и № 10. Упражнение дает возможность осознать все режимы работы гортани в их естественном незамаскированном эстетической обработкой виде. Механизмы перехода из регистра в регистр и сопутствующие голосотелесные ощущения.

#### 4. ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ПРОГРАММЫ ДЛЯ ГРУДНОГО (НЕФАЛЬЦЕТНОГО) РЕГИСТРА ДЕТСКОГО И ЖЕНСКОГО ГОЛОСА

Описание дальнейших упражнений значительно облегчается введением фиксированной интонации и метро-ритмики, позволяющим применить нотный текст. Предыдущие упражнения ориентированы на обучаемых самого начального уровня и предполагают игровое освоение элементарных навыков управления голосовым аппаратом, основанных на самых общих закономерностях голосообразования, одинаковых для любого возраста, для женщин и мужчин, детей обоего пола.

В отличие от них следующие упражнения могут быть изложены в двух вариантах: для детского и женского голоса и для мужского. Варианты существенно различаются последовательностью включения приемов, соотношением регистров и звуковысотностью.

Приемы записаны условными обозначениями и нисходящими и восходяще-нисходящими поступенными гаммообразными попевками в объеме терции и/или квинты. За исключением двух упражнений, все остальные упражнения записаны в тональности ля-бемоль мажор, что связано с ограничениями фонopedического метода. Согласно I ограничению попевки в объеме терции в грудном регистре не могут исполняться выше тональности си-мажор (вниз ограничений нет: как позволяет тип голоса), а попевки в объеме квинты — не выше исходной тональности ля-бемоль мажор, т. е. только в нисходящем направлении смены тональностей.

О дозировании нагрузки будет сказано в заключение описания упражнений. Не рекомендуется усложнять интонационно-ритмический материал упражнений. При достаточно уверенном освоении двигательной стороны приемов и музыкальной развитости обучаемых — приемы могут быть перенесены на любой художественный материал, например, на вокализы Никколо Ваккаи.

**Программа 1:** Имитация звука «Р» вибрацией губ — 5 шагов.

*1 шаг:* попевка исполняется на вибрации губ. Обратите внимание на то, чтобы имитировалась комбинация согласных «ДБР», т. е. звонких, а не глухих («ТПР»). Для маленьких детей этот звук наиболее точно ассоциируется с их имитацией езды на автомобиле во время игры. На самом начальном этапе работы с малышами в рамках интонационно-фонетических упражнений можно предложить игру в поездку на автомобиле с изменением направления движения, подъемом в горку, спуском, объездом препятствия и т. п. Такие задания побудят детей изменять высоту и силу тона на вибрации губ. В любом

случае рекомендуется добиваться звучного, энергичного тона. При возможности давать задание самонаблюдения (в зависимости от возраста обучаемых) рекомендуется контролировать ощущения расширения глотки (раздувание), ощущения вибрации в области трахеи и лицевых костей, ощущения активной работы дыхания и отражения этой работы на мышцах стенки живота, боках и спине.

*2 шаг:* перевод вибрации губ в гласный «Ы» должен производиться без перерыва звучания, только за счет размыкания губ и легкого выдвижения челюсти вперед. Открывать рот максимально в этом упражнении не рекомендуется. Внимательно следите за формой гласного, чтобы «Ы» не превращался в «Э» или «А». Главное задание второго шага: гласный «Ы» должен звучать значительно тише вибрации губ, а энергия тела должна оставаться неизменной.

*4 и 5 шаги* программы отличаются от второго только соотношением времени звучания вибрации губ и гласного «Ы». Все остальные задания и контроль остаются теми же. Программа развивает показатели: активный фонационный выдох и специфическую форму рупора. Используется прием: введение неприличного движения (неречевого и невокального).

**Программа 2: «Штро-бас — грудной регистр».** Программа состоит в чередовании штро-баса и грудного регистра в одном движении, т. е. перевода штро-баса в грудной регистр без перерыва звучания, без дополнительной атаки или придыхания, а только при помощи регистрового порога. Время звучания штро-баса равно времени звучания грудного регистра. Исходное положение: язык расслабленный, плоский, лежит на нижней губе. Артикуляция гласных производится только за счет движения губ (А-О-У) или за счет движения спинки языка (А-Э-Ы) при условии неподвижности передней его части. Рот открыт непринужденно, губы ненапряжены, т. е. артикуляционная мускулатура работает минимально — так, чтобы распознавались гласные согласно заданию в нотном тексте. Положение языка на нижней губе может препятствовать произнесению гласного «А». Необходимо добиваться чистого звучания «А» за счет слухового самоконтроля. Общее фонетическое ощущение должно быть таким, что гласные произносятся не речевым способом, а как бы «маскируют» постоянно звучащий гласный «А» под все остальные. В дальнейшем такой способ неречевого произношения так и будет называться: «маскировочная артикуляция гласных». Энергетические затраты на второй программе должны быть минимальны.

Программа развивает показатели: целесообразное использование режимов работы гортани (регистров) и специфическую форму рупора. Используются приемы: дополнительный регистр

(штро-бас как дополнительный к грудному), непривычное движение (штро-бас не используется в пении), отключение управляемой мускулатуры (артикуляция с отключенной передней частью языка). Регистровый порог действует как пусковой механизм саморегуляции.

**Программа 3: «шип — голос».** Программа содержит ряд заданий повышающейся степени сложности. Включать каждое следующее целесообразно только при доведении до автоматизма выполнения предыдущего. Предложить несколько заданий позволяет простота исходного варианта упражнения: открыть рот, спеть «А» шепотом, вдохнуть, не закрывая рот, спеть «А» грудным регистром.

*Задания к 3-й программе.*

1. Артикуляция гласных заднего ряда (глоточного уклада) «А-О-У» только с помощью движений губ без движений челюсти, не закрывая зубы и десны; артикуляция гласных переднего ряда (ротового уклада) «А-Э-Ы» только с помощью движений языка с неподвижной челюстью и губами. При артикуляции любых последовательностей гласных должны быть видны четыре верхних и четыре нижних зуба (все резцы).

2. Одновременно с пением шепотом производить движение грудной клеткой, имитирующее движение вдоха, т. е. поднимать и расширять грудную клетку, оставляя неподвижными плечи. В момент вдоха — расслабление: опустить грудь. Во время пения гласных — также поднимать и расширять грудную клетку с опущенными и неподвижными плечами.

3. После подъема и расширения грудной клетки на пении шепотом, далее, во время паузы не опускать грудь, производя вдох без движения грудной клетки только за счет расслабления мышц брюшной стенки. Удерживать грудь в поднятом и расширенном положении во время пения гласных. Следить за неподвижностью опущенных плеч. Программа развивает показатели: активный фонационный выдох, специфическую форму ротоглоточного рупора. Развивается и тренируется висцеральная (внутренняя) выдыхательная мускулатура. Действуют приемы: непривычное движение, отключение управляемой мускулатуры.

**Программа 4: «Пульсирующие упражнения»** (тренировка механизма, генерирующего певческое вибрато). Подготовительная координация: 1. Сидя, руки поставить на талию, произносить звук «К», контролируя расширение боков как реакцию на звукообразующее действие. 2. Поставить левую руку на талию, правую положить на живот под пупком, произносить звук «К», контролируя одновременное расширение боков и выдвигание вперед стенки живота как реакцию внешней мускулатуры на работу органов дыхания во время звукопроизношения. 3. По-



вторить оба предыдущих задания со звуком «Г». 4. Повторить 1 и 2 задания со звуком «Г придыхательным».

*Основная координация 4-й программы.*

Исходное положение: сидя, туловище наклоните вперед, положив предплечья на бедра у коленей.

Со звуком «Г придыхательным» выполняйте упражнения 5-й программы в нотной записи, контролируя реакцию внешней мускулатуры на голосообразующие толчки дыхания. Внимание концентрируется на ощущениях пульсации в нижней части туловища вплоть до промежности.

**Программа 5:** Формирование механизма «прикрытия» или «нейтрального гласного». Поиск специфического положения языка, формирующего узкий канал между спинкой языка и твердым небом. Поиск осуществляется в зоне, ограничиваемой тремя положениями языка: первое положение — «И с шумом» — как в звуке русского языка «Й» («Й краткий»): передняя часть языка упирается боковыми краями в верхние зубы (клыки), из-за чего при фонации гласного «И» к нему присоединяется шум, производимый струей воздуха, проходящей между языком и зубами. Второе положение — как в смягченном согласном «ХЬ», произносимом одновременно со звуком голоса: края средней части языка упираются в верхние боковые зубы. (Ближе всего к такому положению язык находится в слоге «ХИ», произнесенном так, чтобы на «И» язык продолжал оставаться в положении «ХЬ».) Третье положение — «Г с шумом», или «Г продленный», или «гуление» с характерным звуком, вызываемым струей воздуха, проходящей между задней частью языка и небом.

*Первые три шага* программы состоят в интонировании попевок с описанными положениями языка.

*Четвертый шаг* — перемещение языка последовательно из первого через второе в третье положение и обратно одновременно с интонированием.

*Пятый шаг* — на выдержанном тоне перемещение языка через указанные положения с целью поиска акустического эффекта, выражающегося в присоединении к основному тону свистящего обертона. Положение языка при этом сугубо индивидуальное, но в границах указанной зоны.

При нахождении акустического эффекта необходимо научиться открывать рот максимально, движениями челюсти вперед-вниз, так, чтобы положение языка сохранялось и свистящий обертон не исчезал.

*Шестой шаг* — перевод языка из положения «Н-носового» через звук «Г продленный» в положение, дающее свистящий обертон. Все это с максимально раскрытым ртом и неподвижной челюстью и губами.



## 5. ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ПРОГРАММЫ НА ПЕРЕХОДЕ ИЗ ГРУДНОГО РЕГИСТРА В ФАЛЬЦЕТНЫЙ РЕГИСТР

**Программа 1:** исполнение интервалов (октавы, децимы) вибрацией губ. (Смотри ноты.)

**Программа 2:** исполнение интервалов (октавы, децимы) по два раза на одном выдохе вибрацией губ с переводом в гласный «Ы», исполняемый на интервалах через регистровый порог.

**Программа 3:** исполнение интервалов через регистровый порог с постепенным сужением интервалов от октавы до секунды. Исходное положение: язык плоский и расслабленный лежит на нижней губе. В исходном положении на гласном «А» издается «штро-бас», он переводится без перерыва в грудной регистр, которым исполняется восходящая попевка на одном из вариантов последовательностей гласных. С пятой ступени попевки делается восходящее глассандо, во время которого срабатывает регистровый порог, переводящий гортань в фальцетный регистр. Все упражнения исполняются в одном движении и на одном выдохе, без пауз и цезур.

В программах работают приемы введения дополнительного регистра, непривычного движения и отключения управляемой мускулатуры.

**Программа 4:** «зубы на зубы». Название программы отражает ее основное задание: верхние и нижние резцы приводятся в положение соприкосновения краями — верхние зубы стоят на нижних. При этом слегка выдвигается вперед нижняя челюсть (при нормальном прикусе). Губы должны находиться в обычном активном положении: открыты четыре верхних и четыре нижних зуба и десны над и под ними. В этом положении исполняется упражнение программы. Необходимо контролировать слухом и ощущениями регистровый порог, и контролировать в зеркале отсутствие движений губ при артикуляции гласных. Вся артикуляция должна производиться за счет движений мускулатуры языка и глоточных полостей. Работает прием дополнительного регистра и отключения управляемой мускулатуры.

**Программа 5:** «уточка». Названа так по сходству вытянутых вперед губ с утиным клювом. Челюсть выходит вперед так, чтобы нижние зубы находились перед верхними, губы вытягиваются вперед как на гласном «У», но при этом выворачиваются наружу, чтобы были видны зубы. В таком положении исполняются упражнения программы, идентичные предыдущим. Контролировать необходимо четкое срабатывание регистрового порога и неподвижность губ и челюсти при артикуляции гласных. Приемы действуют те же.

## 6. ТРЕНИРОВОЧНЫЕ ПРОГРАММЫ ДЛЯ ФАЛЬЦЕТНОГО РЕГИСТРА ДЕТСКОГО И ЖЕНСКОГО ГОЛОСА

**Программа 1:** имитация звука «Р» вибрацией губ — 5 шагов. Исполнение этой программы полностью совпадает с исполнением программы 4.1. Различие только в регистрах и в перемещении звуковысотности упражнений на октаву вверх. Исходная тональность та же — ля-бемоль мажор. Ниже этой тональности петь упражнения не рекомендуется, так как возникнет опасность путаницы регистров и исполнения упражнения грудным регистром выше первого ограничения. Исполнять упражнения можно как на попевках в объеме терции, так и на попевках в объеме квинты. Тональность, выше которой не следует подниматься, — ре-бемоль мажор для обоих видов попевок. На достаточно высоком уровне подготовки можно достигать тональности ми-бемоль мажор: в этом случае будет исполняться в попевках в объеме квинты — тон си-бемоль второй октавы. Более высокие тоны встречаются в хоровых партитурах для детского и женского голоса крайне редко. В сольных партиях более высокие тоны встречаются, как правило, в произведениях высшей сложности, не предназначенных для исполнения начинающими певицами и, тем более, детскими голосами. Начиная со второго шага программы, перевод вибрации губ в гласный «Ы» должен производиться, в отличие от упражнений в грудном регистре, с максимальным опусканием нижней челюсти круговым движением вперед-вниз и открыванием нижних и верхних резцов. Контроль на упражнении такой же, как и в грудном регистре: запоминание активной работы дыхания, всего тела и перенос этой работы, сохранение всех сопутствующих ощущений на гласном звуке.

Для более подготовленных певцов (певиц) можно включать контроль за вибрационными ощущениями в области трахеи и лицевых костей. Эти ощущения вибрации весьма ярки при вибрации губ, могут быть осознаны даже детьми и перенесены на певческий гласный.

**Программа 2:** фонация гласного «У» одновременно с выдуванием воздуха через вытянутые трубочкою, плотно сомкнутые губы при разомкнутых челюстях и слегка надуваемых щеках.

Этот прием встречался только во второй группе упражнений и в грудном регистре, когда подразумевалась энергетика исполнения, ненамного превышающая обычную речевую. Исполнять этот прием на певческой энергетике для детей и женщин рекомендуется только фальцетным регистром и в соответствующей звуковысотной зоне.

Шаги программы полностью повторяют предыдущую последовательность с вибрацией губ.

Контроль: фиксировать внимание на единстве ощущений дыхания и других ощущений, возникающих в теле во время фонации гласного «У с выдуванием» и во время фонации гласного «Ы», независимо от его продолжительности. Выражаясь образно, дыхание не должно «замечать» тех изменений, которые происходят во рту.

### Программа 3: «пульсирующие упражнения».

Программа полностью совпадает с аналогичной программой четвертой группы. Отличия зафиксированы в нотной записи. Тональности, как в программе 6.1: не выше *ре*-бемоль мажор.

Программа 4: пульсация с выдуванием. Исполняется так же, как предыдущая, но на звуке «У с выдуванием» воздуха, как во второй программе шестой группы. Возможен игровой вариант, объясняющий суть упражнения: тушим свечи на пироге ко дню рождения: первый шаг — пять свечей (попевка в объеме терции); второй шаг — семь свечей, третий шаг — одиннадцать свечей. Если исполняется попевка в объеме квинты — девять и тринадцать свечей. Дети могут «тушить» воображаемые свечи сперва только дыханием, задувая соответствующее количество свечей, слушая исполнение попевки на фортепиано, а затем, повторяя то же самое, только с голосом. Весьма желателен контроль выдувания воздуха на пальцах или ладони.

Программа 5: перенос нейтрального гласного с грудного в фальцетный регистр через интервалы децима и дуодецима, исполняемые «глиссандо» через регистровый порог. Программа исполняется по нотной записи. Нижний тон программы соответствует последнему шагу 4.5 программы.

Самонаблюдение и контроль — преимущественно визуальные: необходимо при исполнении интервала добиваться полной неподвижности языка, установленного в положение нейтрального гласного. Крайняя тональность — *ми*-бемоль мажор диктуется первым ограничением фонопедического метода: грудной регистр не должен использоваться выше *ми*-бемоль первой октавы, а так как интервалы децима и дуодецима имеют в основании тонику, то она и диктует тональность, выше которой не рекомендуется подниматься при исполнении упражнения программы.

Для более подготовленных певиц и детей есть упражнение «квинтдецима» или две октавы. Этот интервал исполняется так же, как два предыдущих, но не с тоники, а с пятой ступе-

ни в основании интервала. В этом случае первое ограничение фонопедического метода будет диктовать в качестве последней возможной тональности *ля-бемоль* мажор. При этом верхним тоном окажется *ми-бемоль* третьей октавы. Такие высокие ноты вполне достижимы, особенно для детей, которые на высоте *ля-си* второй октавы, как правило, автоматически переходит в свистковый регистр, позволяющий озвучивать всю третью октаву, а в отдельных случаях и четвертую. Но для исполнения этого упражнения (две октавы) хормейстер должен быть уверен, что все его хористы выше *си-бемоль* второй октавы поют свистковым регистром. Достижение таких высоких тонов диапазона полезно для осознания экстремальных энергетических самочувствий голосового аппарата и поющего организма, для выработки того, что в вокальной педагогике называется «высокой позицией», для развития и осознания головных вибрационных ощущений.

Особенно легко даются крайние высокие тоны маленьким детям (5–9 лет), получающим большое удовольствие при фонации этих тонов. Во многих случаях певческий тон впервые возникает у детей (а иногда и у женщин) на крайних высоких тонах, когда организм непроизвольно включается в певческую работу полностью. Хотя в хоровой практике тоны третьей октавы не имеют художественного применения, тренаж голоса на них создает энергетический резерв, запас звуковысотности, позволяющий без напряжения голосового аппарата и его амортизации исполнять высокую тесситуру хоровых партий.

Исполнение упражнений детьми и женщинами, исполняющими в хоре партию альтов, дает возможность полноценно развиваться их голосам. На упражнениях эти голоса получают нагрузку, которой не встречается в их партиях. В противном случае женщины и дети, исполняющие партию альтов, развиваются односторонне и неполноценно.

## 7. ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПЕВЧЕСКОГО ВИБРАТО МЕХАНИЧЕСКИМ ПРИЕМОМ

Пульсирующие упражнения четвертой и шестой групп упражнений и четвертая программа шестой группы (пульсация с выдуванием) могут быть определены как фонетический и дыхательный способы развития певческого вибрата у безвibrатных и коррекции его у голосов с дефектами вибрата (качание и тремоляция).

При наличии у обучаемых осознанного слухового представления о звучании голоса с вибрато и желания достичь такого звучания — вполне достаточного фонетического и дыхательного



способов развития вибрато. Для интенсификации работы и для получения обучаемыми слухового представления о звучании с вибрато их собственного голоса, т. е. для формирования регулировочного образа своего голоса с вибрато, может быть применен дополнительный механический способ развития вибрато.

Исходное положение: стоя, туловище наклонить вперед, не сгибая спины и шеи, упереть прямые пальцы рук в нижнюю часть стенки живота (на ладонь ниже пупка) так, чтобы локти были выдвинуты вперед.

Стенка живота должна ощущаться как мягкая, расслабленная, слегка отвисшая.

Исполнение упражнения: (см. ноты) при фонации гласного «А» фальцетным регистром (!) на указанных тонах производить легкие, но интенсивные толчки руками стенки живота. Толчки обозначены клинышками острием вниз. Толчки должны производиться так, чтобы пальцы рук не отводились от стенки живота (!), чтобы не превращались в удары (это обязательное условие!). В голосе возникнет пульсация, весьма похожая на певческое вибрато.

В следующем упражнении устанавливается ритм толчков на протяжной попевке. В темпе по метроному 120 четвертями восьмые триоли дают частоту пульсаций 6 Гц (6 колебаний в секунду), что является усредненной эталонной частотой певческого вибрато академического голоса.

При затрудненной работе рук, непривычности и сложности предлагаемой координации, зажмите мышц стенки живота, индивидуальной работе, толчки живота могут производиться рукой педагога. Педагог при это должен хорошо представлять частоту и амплитуду вибрато, которые он хочет вызвать у обучаемого.

В практике автора и его учеников, использующих фонопедический метод, есть много случаев, в том числе с детьми, когда предлагаемый прием приходилось использовать всего один раз, после чего обучаемый понимал, что требуется и быстро осваивал координацию пения с вибрато примерно так же, как нашел однажды координацию равновесия на двухколесном велосипеде или координацию плавания.

## 8. ДОЗИРОВАНИЕ УПРАЖНЕНИЙ, СОСТАВЛЕНИЕ ТРЕНИРОВОЧНОГО АЛГОРИТМА

Приемы и упражнения фонопедического метода должны быть освоены и выучены. Скорость освоения и выучки зависит от времени, которое руководитель хора или педагог пения может уделить методу. Большое значение имеет возраст поющих. Чем



меньше дети, тем больше должна быть доза игровых упражнений (1–3 группы упражнений) и меньше тренировочных. Такие сложные координации как вибрато и нейтральный гласный целесообразно осваивать с маленькими детьми (5–7 лет) очень медленно, не добиваясь акустического результата, а тренируя подготовительные шаги программ. Средний и старший возраст может работать сразу на 4–6 группах упражнений, прибегая ко 2 и 3 группам только в силу необходимости, если прием не получается сразу в «омузыкальном» виде и его надо освоить в более простой координации интонационно-фонетических упражнений или голосовых сигналов доречевой коммуникации.

Упражнения 1–3 групп выполняются в том количестве, которое указано в тексте и в Приложении. При уверенном выполнении упражнений первые три группы могут быть пройдены за 5–7 минут. Взрослые певцы или певицы могут использовать только 1 группу для разминки артикуляционного аппарата, что является абсолютно необходимым компонентом любой профессиональной работы с голосом.

Упражнения 4–5 групп могут выполняться в одной тональности (исходной или любой в рамках первого ограничения) или со сменой тональностей по полутонам с учетом первого ограничения. В любом случае целесообразно не более чем четырехкратное повторение одного и того же шага программы. Менее четырех раз исполнять нецелесообразно, так как не будет возникать необходимой тренировочной нагрузки. При четырехкратном исполнении каждого шага программ 4, 5 и 6 групп упражнений они могут быть исполнены в среднем за 12–15 минут, каковое время является необходимым и достаточным для подготовки голосового аппарата к работе над художественным материалом.

Полностью комплекс фонопедического метода может быть исполнен за время от 15 до 30 минут, в зависимости от темпа исполнения и времени, затрачиваемого педагогом на показ упражнений, напоминание их последовательности или индивидуальную проверку качества исполнения.

Наблюдения автора за хоровыми коллективами, применяющими фонопедический метод как базовый в вокально-хоровом обучении, показывают, что при хорошем освоении упражнений и 20–30-минутном тренаже 2–3 раза в неделю, через 3–4 месяца в среднем происходит качественный перелом в звучании коллектива, а через 6–9 месяцев возникает новое качество звучания, которое экспертами характеризуется как приближение суммарного хорового тембра детского коллектива к тембру взрослого академического женского хора. Процентное соотношение в хоре мальчиков и девочек не существенно.

## 9. ВЕРОЯТНЫЕ НЕЖЕЛАТЕЛЬНЫЕ ПОБОЧНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

При освоении хором технологии пения на высоком уровне энергетических затрат и появлении в тембре певческого вибрато может произойти ухудшение строя и снижение управляемости хора. Это временное явление, объясняемое включением в певческую работу энергетических резервов организма, которыми предстоит еще научиться управлять, в том числе при помощи следующих комплексов и программ фонopedического метода. Любая координация осваивается постепенно — от более грубого уровня к более тонкому. Голос не исключение. Ухудшение строя и снижение управляемости является сигналом для руководителя хора, что новый тембр и новая динамика требуют нового уровня внимания к интонации, что большой звук и насыщенный тембр требуют больших усилий внимания и управления ими. Постепенно коллектив войдет в новый режим звучания, и при соответствующем развитии слуха интонация и управляемость выйдут также на новый качественный уровень.

Остается напомнить, что в предлагаемом методическом пособии изложен комплекс упражнений для первого, начального этапа работы. Появление показателей певческого голосообразования позволяет включать в работу более сложные приемы, вести более тонкое самонаблюдение как традиционными методами, так и принципиально новыми.

Автор просит читателей иметь в виду, что предлагаемое методическое пособие может быть использовано только специалистами, прошедшими очное обучение под руководством практиков, владеющих фонopedическим методом, или при наличии аудио- или видеоматериалов.

## УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В НОТНО-ГРАФИЧЕСКОМ ОПИСАНИИ УПРАЖНЕНИЙ ФОНОПЕДИЧЕСКОГО МЕТОДА



пауза с максимально раскрытым ртом

v — бесшумный вдох одновременно носом и ртом

*АОУИЫІЗ* — прописные буквы — гласные звуки в грудном регистре

*аоуиыіз* — строчные буквы — гласные звуки в фальцетном регистре

x x x — stroh-bass-regester — шумовой регистр — скрип, шорох, штро-бас



— восходящая интонация

— нисходящая интонация

п — момент срабатывания межрегистрового порогового эффекта (регистровый порог)

h — шепотный звук (шипение гортанью)

(P)(p) — лабиовибрант — губной вибрант с голосом: прописная буква — грудной регистр, строчная — фальцетный (имитация звука «р» вибрацией губ)

(y)(y) — фонация гласного «у» (прописная буква — грудной регистр, строчная — фальцетный) с продуванием воздуха через вытянутые трубочкой сомкнутые губы

v — толчки живота руками

(Г)(г) — согласный звук «г-придыхательный» (прописная буква — грудной регистр, строчная — фальцетный)

(и) — гласный «и» с шумом, производимым воздухом, проходящим между зубами, небом и языком, находящимся в положении «й».

Хб — звук голоса в грудном регистре с шумом, производимым воздухом, проходящим между зубами, небом и языком, находящимся в положении «хь», то есть с боковыми краями, прижатыми к верхним боковым зубам

[Г] — звук голоса в грудном регистре с шумом, производимым воздухом, проходящим между небом и языком, находящимся в положении «г» — «гуление»

Д — заднеязычный носовой сонант — «н-носовой»

(b|)(b|) — нейтральный гласный — максимально открытый рот, открытые передние зубы, язык в положении «ы» (прописная буква — грудной регистр, строчная — фальцетный).

## НОТНО-ГРАФИЧЕСКОЕ ОПИСАНИЕ УПРАЖНЕНИЙ

*Первый комплекс упражнений  
развитие показателей певческого голосообразования*

1. Артикуляционная гимнастика  
(словесные задания в тексте приложения)

2. Интонационно-фонетические упражнения

упр. 1. [А̇]ш [А̇]ш [А̇]ш [А̇]ш [А̇]ш и т.д. в последовательности: ш, с, ф, к, т, п, б, д, г, в, з, ж.

упр. 2. "Страшная сказка": у, уо, уоа, уоаз,  
уоазы, ы, ыз, ыза, ызао, ызаоу.

упр. 3. "Вопросы - ответы":

$у \xrightarrow{п} у? \quad у \xrightarrow{п} у.$    
 $у \xrightarrow{п} о? \quad у \xrightarrow{п} о.$    
 $о \xrightarrow{п} а? \quad о \xrightarrow{п} а.$   
 $а \xrightarrow{п} э? \quad а \xrightarrow{п} э.$    
 $э \xrightarrow{п} ы? \quad э \xrightarrow{п} ы.$    
 $ы \xrightarrow{п} ы? \quad ы \xrightarrow{п} ы.$

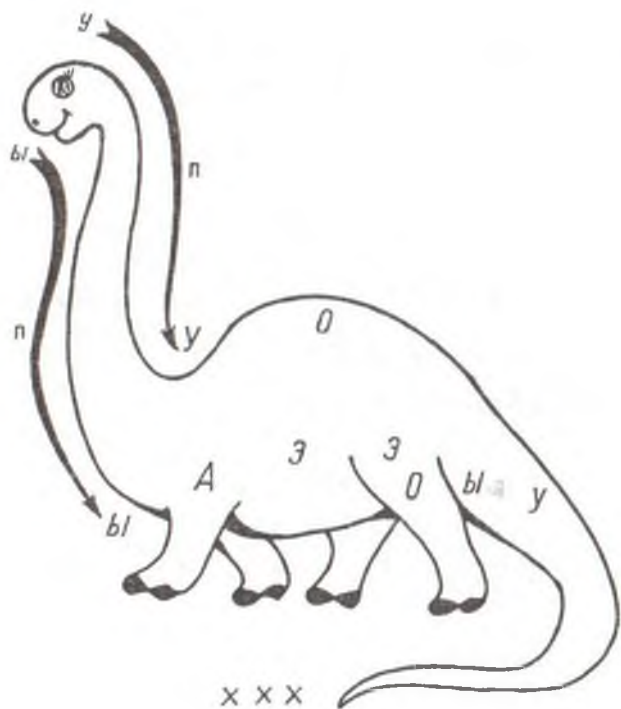
упр. 4. "Канючим": ххх А, ххх АО,

ххх АОУ, ххх А, ххх АЗ, ххх АЗЫ,

ххх АОУ  $\xrightarrow{п}$  у!, ххх АЗЫ  $\xrightarrow{п}$  ы!

упр. 5. "Бронтозаврик".

$y! \begin{matrix} \nearrow \\ \searrow \end{matrix} \begin{matrix} n \\ n \end{matrix} \rightarrow y, \quad y! \begin{matrix} \nearrow \\ \searrow \end{matrix} \begin{matrix} n \\ n \end{matrix} \rightarrow yO, \quad y! \begin{matrix} \nearrow \\ \searrow \end{matrix} \begin{matrix} n \\ n \end{matrix} \rightarrow yOA, \quad y! \begin{matrix} \nearrow \\ \searrow \end{matrix} \begin{matrix} n \\ n \end{matrix} \rightarrow yOAЭ,$   
 $y! \begin{matrix} \nearrow \\ \searrow \end{matrix} \begin{matrix} n \\ n \end{matrix} \rightarrow yOAЭb! \text{ xxx}, \quad b! \begin{matrix} \nearrow \\ \searrow \end{matrix} \begin{matrix} n \\ n \end{matrix} \rightarrow b!, \quad b! \begin{matrix} \nearrow \\ \searrow \end{matrix} \begin{matrix} n \\ n \end{matrix} \rightarrow bЭ$   
 $b! \begin{matrix} \nearrow \\ \searrow \end{matrix} \begin{matrix} n \\ n \end{matrix} \rightarrow bЭA, \quad b! \begin{matrix} \nearrow \\ \searrow \end{matrix} \begin{matrix} n \\ n \end{matrix} \rightarrow bЭAO, \quad b! \begin{matrix} \nearrow \\ \searrow \end{matrix} \begin{matrix} n \\ n \end{matrix} \rightarrow bЭAOy \text{ xxx}$





упр. 6. "Вопросы-ответы с согласными":  $у \xrightarrow{ш?} у \xrightarrow{ш?} у \xrightarrow{ш?} у \xrightarrow{ш?} у$

у-шу у-шо у-ша у-шэ у-шы

у-су у-со у-са у-сэ у-сы

у-фу у-фо у-фа у-фэ у-фы

у-ку у-ко у-ка у-кэ у-кы

у-ту у-то у-та у-тэ у-ты

у-пу у-по у-па у-пэ у-пы

упр. 7. "Вопросы-ответы трехсложные":

$у \xrightarrow{ш} у \xrightarrow{ш} у \xrightarrow{ш} у \xrightarrow{ш} у \xrightarrow{ш} у \xrightarrow{ш} у \xrightarrow{ш} у$

у шу жу о а э ы

с з у-со-зо

ф в у-фа-ва

к г у-кэ-гэ

т д у-ты-ды

п б у-по-бо

упр. 8 "Сонарные согласные":

х х х У-МУ-МУ

(У)-МУ-МУ

(Р) У-МУ-МУ

у-му-му о а э ы

л л у-ло-ло

н н у-на-на

р р у-рэ-рэ

3. Голосовые сигналы доречевой коммуникации (ГСДК)

упр. 1. Греть руки дыханием.

упр. 2. Перевести беззвучный выдох в шипение горлом —“h”

упр. 3. [Ǟ]h [Ǟ]h [Ǟ]h [Ǟ]h [Ǟ]

упр. 4. [Ǟ]h [Ǟ]A [Ǟ]h [Ǟ]A [Ǟ]

упр. 5. “Волна”:

xxx A xxx A xxx A xxx

упр. 6. “От шёпота до крика”:

раз, два, три, четыре пять, шесть,  
(шёпот) (тихий голос) (средний голос)

семь, восемь, девять, десять!!!  
(громкий голос) (очень громко) (крикнуть)

упр. 7. “Крик”:

раз.....десять![Ǟ]A![Ǟ]A![Ǟ]A!!!

упр. 8. "Крик-вой":

$[A^v] A^{!!!} \xrightarrow{n} y^{!!!}$

упр. 9. "Волна" с "воем":

$xxx A \quad xxx A \quad xxx A \xrightarrow{n} y^{!n} \xrightarrow{n} xxx$

упр. 10. "Крик-вой-визг":

$[A^v] A^n \xrightarrow{y} a^{!}$

упр. 11. "Волна с криком чайки"

$xxx A \quad xxx A \quad xxx A \xrightarrow{y} a [A^v] a! [A^v] a!! [A^v] a!!!$

4. Тренировочные программы для грудного (нефальцетного) регистра детского и женского голоса.

(Внимание! Соблюдайте первое ограничение ФМ!)

прогр. 1

(p) --- (p) --- би (p) --- би ---

прогр. 2

(p) би --- (p) --- би --- (p) ---

xxx A --- xxx A-0-у xxx A 3 би

xxx A --- xxx A 0 у 0 A  
A 3 би 3 A

прогр. 3

[A] h --- [A] A [A] h --- [A] A ---

A 0 у A 0 у 0 A  
A 3 би A 3 би 3 A

прогр. 4

[A](r)A(r)A(r)A(r)A [A](r)A - (Simile) -

[A](r)A - (Simile) -

прогр. 5

ой(и)----- хь----- [г]-----

ой(и)хь(г)хь(и) ой(и)хь(г)хь(и) Э[г](ь)

5. Тренировочные программы на переходе из грудного регистра в фальцетный регистр с использованием регистрового порога - "п".

прогр. 1

(р)-(р)-(р) (р)-(р) -

прогр. 2

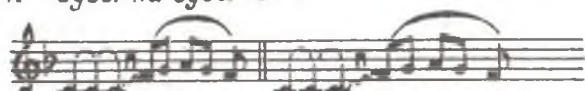
(р)-(р)-bl-yl-bl (р)-(р) bl-----

прогр. 3

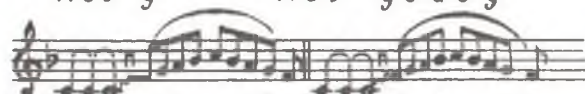
ххх  
А-----  
А-0-у  
А-3 bl



прогр. 4. "Зубы на зубы":




А-Э-И-и- - - - А-Э-И-и-е-а-е-и  
А-О-У-у- - - - А-О-У-у-о-а-о-у




А-Э-И-и- - - - А-Э-И-и-е-а-е-и  
А-О-У-у- - - - А-О-У-у-о-а-о-у

прогр. 5. "Уточка":




А-Э-И-и- - - - А-Э-И-и-е-а-е-и  
А-О-У-у- - - - А-О-У-у-о-а-о-у




А-Э-И-и- - - - А-Э-И-и-е-а-е-и  
А-О-У-у- - - - А-О-У-у-о-а-о-у

6. Тренировочные программы для фальцетного регистра детского и женского голоса.

прогр.1.




(р)----- (р)----- би (р)----- би ---




(р) би----- (р) - би --- (р)

прогр.2.



(у)----- (у)----- би (у)----- би ---



(у) би----- (у) - би --- (у)

прогр.3.



[А̃](э)а(э)а(э)а(э)а(э)а [А̃](э)а - - - -



[А̃](э)а - - - -

прогр.4

(y)(y)(y)(y) (y)    (y)(y) (y)(y)(y)(y) (y)

(y)(y)(y)(y)(y)(y) (y) (y) (y) (y) (y)

прогр.5

h [r](b) - -    h [r](b) - - -

h [r] (b) - - -

7. Дополнительная программа для развития певческого вибрато механическим приемом.

a   a   a   a   a   a

▼▼▼ ▼▼▼    ▼▼▼    ▼▼▼ ▼▼▼    ▼▼▼

голос

a

♩ = 120

3   3   3   3   3   3

ритм толчков

▼▼▼ ▼▼▼ ▼▼▼ ▼▼▼    ▼▼▼ ▼▼▼