

# ПЕДАГОГІЧНА МАЙСТЕРНІСТЬ ТА ПРОФЕСІЙНИЙ САМОРОЗВИТОК

УДК 378.091.33-027.22:78:373.5 (045)

*Л.С. Бесцінна,*

здобувач вищої освіти освітнього ступеня «магістр»,  
Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»  
Харківської обласної ради

науковий керівник: *Г.О. Варганич,*  
доцент кафедри вокально-хорової підготовки вчителя  
Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія»  
Харківської обласної ради

## ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ СПІВАЦЬКОГО ДИХАННЯ У ДИТЯЧОМУ ХОРІ

**Анотація.** В статті аналізується значення і роль формування основ співацького дихання у дитячому хорі. Детально розглянуті рекомендації щодо співу, відповідно до вікових особливостей учнів. Проаналізоване питання процесу голосоутворення, а саме типи та фази співацького дихання. Також розглянуті методи та прийоми роботи над співацьким диханням – дихальні вправи. Представлений матеріал має практичне значення для здобувачів вищої освіти мистецького напрямку, які працюють з учнями закладів загальної середньої освіти.

**Ключові слова.** співоче дихання, співацька постава, фази дихання, ключичне, грудне, нижньо-реберне, діафрагматичне дихання.

**Постановка проблеми.** Навчити співака правильно дихати при співі – головне завдання вчителя музичного мистецтва в роботі з дитячим хором. Саме тому правила дихання в співі повинні бути на озброєнні кожного диригента-хормейстера.

**Стан дослідження.** Проблема формування співацького дихання у дитячому хорі не є новою у науково-педагогічних колах. Багато вчених-дослідників вокальної педагогіки, співаків-практиків, диригентів шкільних хорів, учителів музичного мистецтва загальноосвітніх шкіл накопичили й розробили достатню кількість теоретичних і практичних рекомендацій в галузі навчання і виховання дітей мистецького співу. Проблемі якісній підготовці музичного мистецтва присвячені праці: Я. Кушки, В. Багадурова, Г. Стулової, Л. Хлебникової, О. Ростовського, Н. Добровольської, К. Виноградова. Дослідження стверджують, що вокальну педагогіку дорослих неможливо повністю адаптувати до школярів. Тут необхідні інші наукові й методичні дослідження та

рішення. «Методика вокального виховання дитини визначається особливостями дитячої психології: якраз від них залежить, головним чином, специфічність методики виховання дитячого голосу», – відзначив доктор мистецтвознавства, професор В. Багадуров [1, с. 7]. Найперше, на що звертає увагу вчений-вокаліст, це формування співочих навичок, а саме: співочого дихання; звукоутворення; чистоти інтонування; виразної дикції.

**Метою статті є дослідження питання щодо особливостей формування співацького дихання, де відбувається творчий процес і набувається життєвий досвід**

**Виклад основного матеріалу.** Професія диригента-хормейстера вимагає глибоких знань в галузі педагогіки, методики роботи з дитячим хором, а також знання вікових особливостей дитячого голосу та педагогічної психології. Співоче виховання молодших школярів розпочинається не завжди з нульового циклу. Діти співали в дитячому садку, у родинному оточенні. Ми розуміємо, що діти володіють розмовним звукоутворенням яке може і повинно послужити основою співочої звукотворчої діяльності учнів. Одним з найважливіших завдань на уроках музичного мистецтва в загальноосвітній школі є навчити учнів співати кожного окремо і хором в цілому. Учитель музичного мистецтва, перш за все, визначає рівень і якість голосу, наявність музичних здібностей.

Для охорони голосу молодших школярів заняття хором бажано проводити в першій половині дня, але не зранку. Заняття співом із хоровим колективом у малих вокальних формах, сольним виконавством необхідно проводити на 3-4 уроках і в дообідній час. Саме в цей період голосовий апарат молодшого школяра частково здійснив певну розминку в процесі мовлення. Учні на уроках продовжують своє музичне виховання через тренування голосу шляхом розвитку й розширення діапазону, сили звучання, покращення тембру, відпрацювання легкості й польотності звучання. Ці якості найлегше розвивати на початку репетиції хорового колективу під час розспівки за допомогою вокальних вправ, головним чином, у середньому регістрі: співати пісні, стежачи за чистотою звучання [2, с. 123].

Необхідною умовою вільного, ненапруженого співу є правильна співацька постава, яка сприяє створенню готовності голосоутворюючих органів до дії. Вимога правильної співацької постави – це вже активізація голосового апарату, підготовка його до правильного розподілу м'язових сил при співі. Досить часто діти при співі приймають неприродні пози: задирають голову, напружують м'язи шиї та обличчя, піднімають плечі, горбляться тощо. Усе це негативно впливає на голосоутворення. Неприродне положення голови і корпусу створює таке ж неприродне положення і для органів голосового апарату, оскільки будь-яке зайве скорочення м'язів тіла викликає відповідне напруження м'язів голосових органів. Відтак завданням учителя з перших уроків є навчання учнів співацькій поставі.

Якою має бути співацька постава? Учні під час співу повинні стояти рівно, зручно, випрямивши спину і опустивши руки, голову тримаючи прямо. При такій поставі складаються умови для природного вільного дихання. Уся постать

виражати готовність до співу. Якщо діти співають сидячи, стільці повинні відповідати їх зросту. Сидіти треба рівно, не горблячись, не спираючись на спинку стільця чи парти, тримаючи руки на колінах. Щоб учні молодших класів засвоїли правила співацької постави, не треба вдаватися до їх заучування. Краще буде, коли вчитель звернеться до учнів із запитаннями: «Діти, подивіться, як я стою (сиджу) при співі? Як я тримаю голову? Руки? Яке в мене положення рота?» тощо. Професор музичної педагогіки О. Ростовський зазначав, що «не слід домагатися правильної співацької постави протягом тривалого часу, оскільки необхідність нерухомо сидіти або стояти в одній позі швидко втомлює школярів. Вони намагаються змінити позу на зручнішу» [6, с. 372].

Правильне дихання є енергією співочого і розмовного голосу. Співоче дихання є найважливішим фактором голосовідтворення і звуковедення, основною умовою гарного вокального звучання.

Роль правильного співацького дихання надзвичайно велика, про що свідчить загальновідомий вислів: «Мистецтво співу — це мистецтво дихання». Залежно від участі в диханні при співі різних груп м'язів, визначають типи дихання, а саме:

- ключичне (коли працюють м'язи плечового поясу);
- грудне (коли спрацьовує грудна клітка);
- нижньореберне-діафрагматичне (коли піднімаються і розширюються нижні ребра, а верхня частина грудної клітки майже нерухома, діафрагма й черевні м'язи активні);
- черевне (коли здійснюється дихання за рахунок роботи м'язів грудної клітки, так і черевних).

За даними доктора І. Левідової, у шкільній практиці використовується комбінований тип дихання, при чому у молодших учнів переважає грудне дихання, а у старшокласників — діафрагматичне. Та головне, щоб діти дихали природно [8, с. 81].

Вокальна практика приймає змішаний нижньореберно-діафрагматичний тип дихання. При цьому співочий вдих береться активно, безшумно, через ніс із відчуттям понюху квітки. Нижні ребра легко рухаються в сторону, після цього відбувається коротке затамування дихання і струмінь повітря атакує голосові зв'язки.

Процес співочого дихання необхідно відпрацювати за допомогою дихальних вправ, які рекомендує Г. Стулова у посібнику «Хоровий клас» і які ми застосовуємо в своїй практиці [7, с. 38]. Їх позитивний результат підтверджує практика, а саме:

Вправа 1. Короткий вдих по руці вчителя і довгий сповільнений видих із рахунком: 1, 2, 3, 4, 5... з кожним разом у процесі повторення вправи видих збільшується в часі за рахунок збільшення ряду цифр і поступового сповільнення темпу.

Вправа 2. Короткий вдих, у результаті якого нижні ребра рухаються в сторони і на цьому фіксується увага всього хору молодших школярів. Кожен

хорист контролює свої дії, поклавши долоньки рук на нижні ребра. Видих довгий, з розрахунком. Ряд цифр поступово збільшується.

Вправа 3. Короткий вдих. Ребра рухаються в сторони. Затамування дихання і повільний видих із рахунком. При цьому хористи стараються зберегти нижні ребра в положенні видиху. Тобто положення в сторони.

Вправа 4. Короткий вдих. Нижні ребра рухаються в сторони. Затамування дихання. За жестом руки диригента м'якою атакою учні співають звук у межах зони примарного тону (фа<sup>1</sup> — ля<sup>1</sup>) і виконують його рівним і помірної сили голосом. Спочатку звук витримуємо 2-3 секунди, потім поступово збільшуємо його тривалість. Нижні ребра хористи фіксують у положенні вдиху.

Виконуючи такі вправи, хористи привчаються правильно брати дихання, відчувати опору звука, яка їм знадобиться у процесі співу. «Відомо, наприклад, що дихальні шляхи у дітей, у порівнянні з об'ємом легенів, відносно вузькі: діафрагма, мембранні і грудні м'язи у молодшого шкільного віку розвинуті недостатньо, і тому дихання поверхневе», — звертає увагу професор В. Багадуров на цю особливість дитячого організму [1, с. 63].

Зазначимо, що поділ дихання на окремі типи є умовними, оскільки «чистих» типів дихання практично не існує, і співак може користуватися поєднанням різних типів дихання. Це обумовлено тим, що дихальні м'язи функціонально пов'язані між собою для виконання свого призначення, тому співацьке дихання завжди змішане. Питання різних типів дихання, а також рекомендації відносно їх використання у навчальній роботі, широко висвітлені в методичній літературі. Як відмічає Г. Стулова «якість правильного співацького дихання залежить від того, як проходить струмінь повітря по дихальним органам співака і який, в залежності від цього, він чинить вплив на гортань, де зароджується співацький звук» [7, с. 97].

Діти молодшого віку дихають переважно ключичним типом та грудним, де діафрагма майже не приймає участі у цьому процесі. Тому, як зауважує А. Менабені, розвивати в молодшому віці нижньореберне-діафрагмальне дихання, де участь беруть діафрагма та нижній відділ грудної клітини, не є можливим [5, с. 78].

Діти хористи повинні знати і розуміти, що співацьке дихання складається з трьох фаз. Перша фаза: після жесту хормейстера «увага», за рукою (ауфтактом) вони безшумно, спокійно, однак активно роблять вдих носом з легко відкритим ротом для уникнення зажатості м'язів щік і шиї. Другою фазою є миттєве затамування дихання. У цей момент голосові зв'язки змикаються, перешкоджаючи швидкому видиху повітря. Друга фаза також сприяє відчуттю об'єму набраного повітря, одночасно активізує голосовий апарат, відносно точного одночасного, без під'їзду початку співу. Після вдиху рука хормейстера на мить повинна затриматись вгорі (у верхній позиції). Цим забезпечується наступна поступовість і плавність видиху за рукою керівника, яка рухається вниз, що становить третю фазу. Ці три фази на початку роботи потребують спеціального практичного тренінгу. Діти самі мають можливість перевірити правильність співацького дихання, поклавши долоні обох рук дещо вище пояса,

щоб відчувати нижні ребра. Щодо дітей молодшого віку, зважаючи на фізіологічні можливості їх органів дихання, основна увага диригента-хормейстера повинна бути зосереджена на розвитку активного, але спокійного вдиху без підняття плечей, та видиху, що відповідає розміру музично-літературної фрази.

На основі набутих хористами попередніх навичок, розширення репертуару за складністю, зростає важливість розвитку ланцюгового дихання, як засобу художньої виразності. Ланцюгове дихання забезпечує безперервність звучання декількох музичних фраз, речень, текст яких об'єднаний однією думкою (а іноді – й усього твору). Це складна колективна, саме колективна виконавська навичка, яка потребує значного часу, уваги для її опанування.

Вдих і видих мають бути спокійними і плавними у піснях наспівного характеру – при повільному та помірному темпі; у піснях жвавих – при нюансах від піано до мецо-форте дихання береться коротко, але точно у часі; характер вдиху і видиху обумовлений характером звуку; не можна допускати в'ялого дихання, яке знижує якість звуку, позбавляє його тембру; неприпустимим також є поривчастий вдих із різким підняттям плечей і грудей. У роботі з учнями не слід вдаватися до складних і незрозумілих термінів. Найдоступнішим та найефективнішим є практичний показ правильного й неправильного дихання.

Дослідниця Б. Рачіна у роботі «Співати у хорі може кожен» наголошує, що у вокальній роботі з дітьми я дотримуюся наступних принципів:

1. Розвивати голос з примарних тонів, поступово, неспішно, розширюючи діапазон. Корисний тільки той звук, який при повторенні не викликає напруги.

2. Головним методом вокальної роботи є усне пояснення і спів учителя та кращих учнів. Їх спів часто є найбільш ефективним показом правильного звучання. Важливо ніколи не передражнювати дітей, завжди демонструвати їм правильний спів. Усю роботу вести в спокійній і доброзичливій обстановці. Не повторювати фразу, що погано прозвучала, до того, як буде точно сформульовано завдання.

3. Головним критерієм на занятті є якість звуку і свобода при співі.

4. Уся співацька робота має бути тісно пов'язана з розвитком музичного слуху і музичним розвитком особистості дитини [4, с. 321].

**Висновки.** Таким чином, навичка співочого дихання формується в молодших хористів шляхом природних відчуттів і зразка дихальних прийомів, продемонстрованих диригентом-хормейстером. Дихання посеред слова, посеред фрази – це груба помилка, яка призводить до втрати цільності літературної думки. Важливим фактором залишається свідоме розуміння дітьми, що таке музична фраза, чому її не можна розвивати диханням, що не всі слова у фразі однакові за наголосом та підкресленням вимови. Саме це й складає подальшу перспективу нашого дослідження.

## Література

1. Багадуров В.А. Вокальное воспитание детей. — Москва : Академия педагогических наук РСФСР, 1953. — 94 с.
2. Доронюк В.Д., Зваричук Ж.Й. Шкільне хорознавство : навчальний посібник для викладачів і студентів музичних факультетів вищих навчальних закладів. Івано-Франківськ : видавничо-дизайнерський відділ ЦІТ Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника, 2008. — 336 с.
3. Зеленецька І.О. Солоспіви для дітей та юнацтва (методична частина). — Кам'янець-Подільський : Абетка, 2010. — 200 с. — С. 139.
4. Костенко Л.В., Шумська Л.Ю. Хрестоматія з хорознавства : навч. посіб. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2013. — 521 с.
5. Менабени А. Методы вокальной работы в школе. Муз. воспитание в школе. — Вып. 2. — Москва, 1976. — 95 с.
6. Ростовський О.Я. Теорія та методика музичної освіти: навч.-метод. посібник. — Тернопіль : Навчальна книга Богдан, 2011. — 640 с.
7. Стулова Г.П. Хоровой класс: (Теория и практика вокальной работы в детском хоре) : учеб.пособие. — Москва : Просвещение, 1988. — 126 с.
8. Хлебникова Л.О. Методика хорового співу у початковій школі: методичний посібник. — Тернопіль : Навчальна книга. Богдан, 2006. — 216 с.