

М.М.

Р.В.Емельянов, И.А.Трифонов

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РФ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

КАФЕДРА ИСКУССТВ

В. В. Емельянов,
И.А. Трифонова

РАЗВИТИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ
АКАДЕМИЧЕСКОГО ПЕВЧЕСКОГО
ГОЛОСООБРАЗОВАНИЯ

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

для самостоятельной работы студентов

по II уровню обучения

программы «Фонопедический метод развития голоса»

ИЗДАТЕЛЬСТВО ТЮМЕНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА, 2003

Печатается по решению учебно-методического управления
Тюменского государственного университета.

Методическая разработка предназначена для самостоятельной
координационно-тренировочной работы студентов специальности
030700 «Музыкальное образование» в рамках ДПП «Развитие голоса» и
«Сольное пение».

Рецензенты: Н.Н.Гребнева, доктор биологических наук, профессор

Н.Э.Герасимова, доцент Самарского пед. университета

Одобрено учебно-методической комиссией музыкального отделения
кафедры искусств
Работа утверждена на заседании кафедры искусств - Протокол № 4
от 6.11.2003

© Издательство Тюменского государственного университета, 2003

© Емельянов Виктор Вадимович

© Трифонова Инна Александровна

Составление и компьютерный набор - ТРИФОНОВА И.А.

Емельянов Виктор Вадимович, доцент кафедры искусств
Трифорова Инна Александровна, ст. преподаватель кафедры искусств

РАЗВИТИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ АКАДЕМИЧЕСКОГО ПЕВЧЕСКОГО ГОЛОСООБРАЗОВАНИЯ

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

для самостоятельной работы студентов
по II уровню обучения
программы «Фонопедический метод развития голоса»

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

По учебному плану специальности 030700 «Музыкальное образование» по ДПП «Сольное пение» и «Развитие голоса» установлено 360 часов самостоятельной работы студента. В отличие от других дисциплин алгоритм самостоятельной работы по развитию голоса отсутствует в методической литературе. Предполагается, что самостоятельная работа студента сводится к выучиванию музыкального и словесного текста произведений и аккомпанементу на основном музыкальном инструменте. Предлагаемая методическая разработка устраняет пробелы в теоретическом и практическом методическом оснащении и выводит студента на эффективный алгоритм самостоятельной работы с минимальной вероятностью ошибочных действий.

Заданиями по самоконтролю при выполнении упражнений могут служить пункты 1, 2, 3 и 6 из «Описаний упражнений по схеме» (стр. 10).

I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ МИНИМУМ

Целью **ФОНОПЕДИЧЕСКОГО МЕТОДА РАЗВИТИЯ ГОЛОСА** (далее – ФМРГ) в целом является освоение технологий голосообразования академического пения (1-й – 3-й уровни обучения) и технологии эстетики академического пения (4-й – 6-й уровни обучения).

Целью II уровня обучения является **РАЗВИТИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ АКАДЕМИЧЕСКОГО ПЕВЧЕСКОГО ГОЛОСООБРАЗОВАНИЯ**.

В процессе достижения этой цели решаются следующие задачи:

- организация координационно-тренировочного этапа развития голоса по критериям *биологической целесообразности, энергетической экономичности и акустической эффективности*;
- устранение *неравномерности развития* голосового аппарата и голосовой функции;
- профилактика заболеваний голосового аппарата и расстройств голосовой функции;
- развитие способности интонирования, фонематического и эмоционального слуха;
- формирование *регулируемого* образа собственного голоса.

Методологической основой ФМРГ являются следующие принципы:

1. Биоакустическим фундаментом любых проявлений голосовой активности являются эволюционно древние механизмы

Подписано в печать 24.11.03 Заказ № 884
Объем 2,5 п.л. Тираж 350 экз. Формат 60*84*16
Бумага типографская. Печать офсетная.

Издательство Тюменского государственного университета
625003, г. Тюмень, ул. Семакова, 10

голосового образования, несущие эмоциональную информацию: *голосовые сигналы доречевой коммуникации* – (ГСДК).

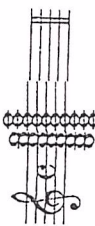
2. Создание оптимальных условий работы природной автоматизации голосообразования точными действиями управляемой части голосового аппарата, использование некоторых явлений голосообразования в качестве пусковых механизмов *саморегуляции*.
3. *Принцип элементарных операций*: формирование сложного двигательного навыка из последовательности и совокупности простейших, далее неразложимых на сознательном уровне операций.
4. *Принцип повторяемости*: многократное повторение одинаковых операций, направленное на оптимизацию деятельности всей системы голосообразования по законам биологической целесообразности и энергетической экономичности.
5. *Принцип наблюдаемости* – визуальной и осязательной.
6. *Принцип самоимпульса*: повторение своего собственного звука со всем комплексом вокально-телесных ощущений (вибрация, Давление, работа мышц), а не воспринимаемого только на слух.
7. *Принцип эстетического негативизма*: временное снятие эстетического контроля с целью переноса внимания со слухового восприятия тембра на вибрацию, давление, работу мышц, фонетику, зрительное и осязательное восприятие.
8. *Принцип минимально необходимого и достаточного усилия*: минимально необходимый уровень усилия (нервного и дыхательного) в академическом голосообразовании несравнимо выше привычного среднего уровня жизнеобеспечивающего дыхания и голосообразующего усилия бытовой разговорной речи и сравним только с ГСДК (см. 1-й принцип).

КРИТЕРИИ ОТБОРА ПРИЁМОВ ФМРТ

- Точность описания
- Однозначность понимания
- Безусловная выполнимость
- Результативность «здесь и сейчас»
- Независимость эффективности приёма от уровня одарённости и подготовки обучаемого и обучающего
- Элементарность обучающих операций
- Минимальный шаг двигательной программы
- Контроль визуальный, осязательный и через неискажаемые субъективным восприятием характеристики звука (фонетика, вибрато)
- Тренирующая дозированность

ОГЛАВЛЕНИЕ

Пояснительная записка	3
Критерии отбора приёмов ФМРТ	4
Приёмы ФМРТ	5
Показатели академического певческого голосообразования	5
Режимы работы гортани	5
Маскировочная артикуляция	6
Роль ФМРТ в развитии интонационно-ритмической грамотности	7
Вероятные нежелательные побочные эффекты	8
Структура II уровня	8
Описание упражнений	10
Условные обозначения графического описания упражнений	22
1-й цикл	24
2-й цикл	26
3-1 цикл	27
Упражнения специфического воздействия	29
Упражнения с движениями	32
Слоганы для оформления класса	36

Спина прямая как сосна - И слушателям не до сна.	Раскрыты плечи, грудь поднята. И в голосе не будет «ваты».
На согласном чувствуй брюшко, Всем согласный влезет в уши.	Хорошо открытый рот Звуку даст лететь вперёд.
Раз vibrato в ноте нету, Нота эта не пролетит.	Раз колыхнется живот, То с vibrato звук идёт.
Если горлу нужен отдых, Сильно дуй губами воздух.	С урчания выйти голос должен По языку, что на губу положен.
Если воздух дёсны студит, Гласный «У» глухим не будет.	Чтобы «Э» летел как птица, К звуку «Й» пускай стремится.
На гласных «У» и «О» Разомкнутые губы Заставят голос петь Как золотые трубы.	Чтоб гласный «И» Для пенья был пригодным, Поём его как «Ы», И держим рот свободным.
В первой октаве от МИ и выше Пойте тоньше, светлее и тише.	Вторая октава – жёлтый свет: «Язык не на месте – дороги нет!»
Крепче язык во второй октаве – Он сам куда надо твой голос направит.	
Плакаты Светофора: СОЛЬ второй – ДО третьей ДО – ФА второй МИ – СИ первой ФА малой – РЕ первой	 зелёный жёлтый красный зелёный

ПРИЁМЫ ФМРГ

- Замена атаки гласного или произнесения согласного необычным, не используемым в быту неречевым и непевческим движением голосового аппарата, при котором прогнозируемо и автоматически возникает искомый результат
- Замена певческой атаки искомого тона введением перед ним дополнительного режима работы гортани, расположенного выше или ниже с обязательным срабатыванием межрегистрового порога
- Отключение какой-либо части управляемой мускулатуры для активизации и тренажа, управляемых и неконтролируемых сознательно компонентов голосообразующей системы
- Инспираторная фонация (звук на вдохе) – поиск фальцетного режима гортани, не получающегося обычными способами и приёмами, массаж голосовых складок, снятие утомления.

ПОКАЗАТЕЛИ АКАДЕМИЧЕСКОГО ПЕВЧЕСКОГО ГОЛОСООБРАЗОВАНИЯ

1. Целесообразное использование режимов работы гортани (регистров).
2. Активный фонационный (голосообразующий) выдох, во много раз превышающий выдох жизнеобеспечивающего и речевого дыхания по интенсивности и длительности.
3. Певческое vibrato и управление им.
4. Специфическая певческая форма ротоглоточного рупора, специфическое певческая артикуляция гласных и произношение согласных.

РЕЖИМЫ (регистры) РАБОТЫ ГОРТАНИ

1. Шумовой режим – вибрант голосовых складок: не интонируемый звук, издаваемый хаотическими шумовыми колебаниями расслабленных голосовых складок в потоке воздуха. STROH-BASS-REGISTER – в немецкой фониатрической номенклатуре. («Штро-бас-регистр»: скрип, шорох, рокот, урчание).
2. Грудной режим – «толстый» голос, интонируемый тон, издаваемый при плотном смыкании голосовых складок. Внимание! Первое ограничение ФМРГ: принципиальный запрет на использование грудного режима (регистра) детского и женского голоса выше МИ-БЕМОЛЬ (РЕ-ДИЕЗ) ПЕРВОЙ ОКТАВЫ!!!

3. *Фальцетный режим* (регистр) – интонируемый звук, издаваемый при натяжении краёв голосовых складок. В вокально-педагогической традиции принято термин «фальцет» употребить применительно к соответствующему регистру мужского и детского голоса. В мужском академическом пении используется как характерная красота или для имитации женского голоса. Если фальцетный режим используется мужчиной певцом как основной – такой голос называют «контр-тенор». Этот же режим у женщин называется головным с выделением «медиама» как участка диапазона в первой октаве, на котором певцы имеют и грудные и головные вибрационные ощущения. В некоторых школах «медиама» именуется «микстом», что также подчёркивает присутствие обоих типов вибрационных ощущений («микст» - буквально - «смесь»). В народном пении фальцетный режим называют «тонкий» голос. В официальной номенклатуре Международной ассоциации фонистов и вокальных педагогов все эти варианты приведены к термину «фальцет».

МИКСТ – в вокально-педагогической традиции смыкание голосовых складок в ГРУДНОМ регистре с доминированием ГОЛОВНЫХ вибрационных ощущений или плотное смыкание в ГОЛОВНОМ - (фальцетном) регистре с доминированием ГРУДНЫХ вибрационных ощущений. В профессиональном пении МИКСТОМ называют верхний участок диапазона ГРУДНОГО регистра мужского голоса в нюансе «пьяно».

3. *Свистковый* – флейтовый, фистула – интонируемый звук, издаваемый плотно сомкнутыми, но не колеблющимися голосовыми складками, образующими в переднем участке голосовой щели свистковое отверстие. В женском академическом пении используется в третьей октаве. В некоторых школах свистковый режим называют «женским фальцетом».

МАСКИРОВОЧНАЯ АРТИКУЛЯЦИЯ

Маскировочная артикуляция – условное наименование способа артикуляции гласных звуков, принятого в европейской академической певческой традиции независимо от языка исполнения. Певческий тон, извлекаемый физиологически верно, существует как бы «вне гласного», аналогично тону любого музыкального инструмента. Примером принципиальной возможности такого тона «без гласного» является пение с закрытым ртом или на заднеязычном носовом сонанте *п*.

Позиция (форма) ротоглоточного рупора во время академического голосообразования существенно отличается от речевой артикуляции. В то же время певческий тон может быть сформирован положением губ и

3-й цикл:

Упражнения в фальцетном режиме.

1. «Пингвины»
2. «Пух»
3. «Пошапки»
4. «Жонглер»
(у)(у)(у)

Также как в грудном режиме.

Также как в грудном режиме.

Также как в грудном режиме.

И.П. ноги на ширине плеч. Руки согнуты в локте на уровне пояса, ладони вверх. Свободные кисти двигаются по очереди вверх и в И.П. на каждую (у) («жонглируем воображаемыми лёгкими шариками»). Следим глазами за предметами.

5. «Слоник»

Также как в грудном режиме.

6. Инспираторная фонация

а а,аоу,аэы
←

И.П. как в 4-м упражнении. Движением рук к себе показываем направление воздуха при вдохе, и не переворачивая кисти движением рук от себя – показываем выдох.

На звук в грудном регистре делаем резкое движение руками вниз («макаем кисть в ведро с краской»), на глассандо с порогом – ведём руки вверх как можно выше («носим краску на одну дощечку забора снизу вверх»), на попевку в фальцетном режиме – чуть опускаем руки вниз («прокрашиваем лучше верхнюю часть дощечки»). Удерживаем это положение в паузе для смены тональности как И.П. к следующему пропеванию.
Повторить предыдущее задание два раза («красим две дощечки забора»).



2. «Повим рыбу»

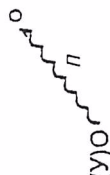
И.П. также как в 1-м упражнении, только руки подняты перед лицом.

На штро-бас опускаем и вытягиваем руки («закидываем удочку»), на звук в грудном режиме – ведём руки к себе, сгибая в локтях («тянем рыбку»), на глассандо с порогом – резко поднимаем руки в И.П. («выдергиваем рыбку») и удерживаем в этом положении на попевку в фальцете и на паузу для смены тональности.

xxxА
АОУ
АЗЫ

3. «Пух»

Выполняем также как в фальцетной программе, подбрасывая комок на переход из грудного в фальцетный, т.е. на глассандо с порогом.



4. «Шип-голос»

Выполняем также как в фальцетной программе, но после хлопка ладони размыкаем и делаем зачерпывающее движение, ведя ладони высоко вверх.

[А]h[А]h

5. «Слоник»

Выполняем также как в фальцетной программе, показывая переход из грудного в фальцетный широко открытыми глазами. Акцентируем внимание на воображении («удивляемся, радуемся виду банан»).



языка так, что, возникает особый певческий аналог, существенно отличающийся по своим акустическим характеристикам от гласного речевого. Певческий тон как бы «маскируется» минимально необходимым движением губ и/или языка под требуемый речевой аналог. Распознавание же смысла вокальной речи в академическом пении происходит за счёт переходных процессов, многократно усиленных по сравнению с речью.

Формирование певческих гласных в нижнем и центральном участке диапазона происходит на базе гласного «А» путём «маскировки» его под «О» и «У» минимально необходимыми движениями губ без изменения раствора челюстей и формы ротоглотки. Маскировка «А» под «Э» (открытой и закрытой формы), «Ы» и «И» производится только движением языка также без изменений раствора челюстей и без изменения формы губ. Особенно важно соблюдать эти правила при пении гласных русского языка «У» и «И» так как их речевой вид по целому ряду параметров не совместим с физиологией и акустикой академического голосообразования. Отсутствие изменений или неподвижность касаются только наблюдаемых, ощущаемых, представленных в сознании компонентов голосового и артикуляционного аппаратов.

Формирование певческих гласных на переходном и верхнем участках диапазона происходит путём такой же маскировки особого звука, называемого «нейтральным гласным». Такой звук возникает при включении на максимум всех защитных механизмов голосообразования и называется в вокально-педагогической традиции «прикрытый звук», пение «на зевке», пение «в маску», звук «в куполе», «смешанный или микстованный гласный» и т.п. Акустической и фонетической сутью такого звука является одновременное присутствие в нём наиболее значимых фонетических элементов всех гласных звуков. Переходным участком диапазона детского и женского голоса является терция *МИ-БЕМОЛЬ* - *СОЛЬ* второй октавы. У взрослых профессиональных певцов переходный участок может перемещаться по диапазону и расширяться в зависимости от типа голоса.

РОЛЬ ФМРГ В РАЗВИТИИ ИНТОНАЦИОННО-РИТМИЧЕСКОЙ ГРАМОТНОСТИ УЧАЩИХСЯ.

Используя упражнения ФМРГ с самого начала работы с новым детским коллективом, преподаватель существенно облегчает решение задачи интонационно-ритмической грамотности учащихся, особенно тогда, когда для этого не отводится ни специального урока, ни специального времени. Не смотря на кажущуюся однообразность музыкального материала упражнений, в них заложено достаточное количество различных интонационных и ритмических примеров, постоянное выполнение которых постепенно и подсознательно вводит

учащихся в музыкальную грамоту, и дисциплинирует их метроритмическое и интонационное поведение. Если же специально акцентировать внимание на некоторых моментах (например, записывая упражнения на доске и объясняя запись теоретически), то можно ещё ускорить процесс освоения музыкальной грамоты.

ВЕРОЯТНЫЕ НЕЖЕЛАТЕЛЬНЫЕ ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ.

При освоении хоровым коллективом среднего и старшего возраста технологии пения на высоком уровне энергетических затрат и появления в тембре певческого вибрато может произойти ухудшение строя и снижение управляемости интонацией. Это временное явление, объяснимое включением в певческую работу энергетических резервов организма, которыми предостиг ещё научиться управлять, в том числе при помощи следующих уровней обучения ФМРТ.

Любая координация осваивается постепенно от более грубой к более тонкой. Голос не исключение. Ухудшение строя и снижение управляемости интонацией является сигналом для руководителя хора, что новый насыщенный тембр и новая более мощная динамика требуют большего внимания к управлению интонацией. Постепенно коллектив адаптируется к новому звучанию и, при соответствующем развитии слуха, интонация и управляемость выйдут также на новый качественный этап.

СТРУКТУРА II УРОВНЯ

II уровень обучения состоит из трёх циклов:

1. Упражнения в грудном режиме
2. Упражнения на переходе из грудного режима в фальцетный
3. Упражнения в фальцетном режиме.

В каждом цикле неравное количество упражнений, что связано с количеством приёмов, оптимальных для каждого цикла.

В основу каждого упражнения включён один из приёмов ФМРТ. Приёмы записаны *условными обозначениями* (см. «Условные обозначения графического описания упражнений») на материале двух основных моделей: 1) трёхступенная нисходящая или восходящая нисходящая полеека, 2) интервал децима. Простейший идентичный для всех упражнений нотно-графический материал позволяет педагогу в работе с детьми старшего дошкольного или младшего школьного возраста не нагружать интонационно-слуховую сферу, а акцентировать внимание на двигательных заданиях и сопутствующих ощущениях. Для увеличения нагрузки и для работы с более подготовленными в

5. «Слоник» п

п [П(Ы)]

- 5-й шаг: п [П(Ы)]

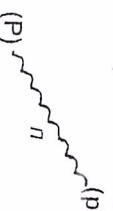
6. «Пингвин»
(P)

- 5-й шаг: (P)Ы(P)

7. «Штро-бас»
xxxxA, AOY, AЗЫ

8. Инспираторная
фонация
а А, АОУ, АЗЫ
←

2-й цикл:

1. «Красим забор»


И.П. как в 4-м упражнении. Голова делает круговые движения от одного плеча к другому через самое низкое положение – подбородок к груди, и самое высокое положение – у плеча носом вверх («слоник мотает хоботом»). На [П(Ы)] голова принимает положение «прямо перед собой». Глаза видят воображаемый предмет («банан, который ищет слоник»).
Чередуем движения – первое, второе, первое.

И.П. друг за другом по кругу или периметру. Прямые руки прижаты к телу, кисти параллельно полу, пальцы растопырены. Ноги вместе, колени натянuty, соприкасаются и не сгибаются во время ходьбы, ступни – пятки вместе, носки развернуты. Каждая восьмая – шаг (учесть в 4-м шаге упражнения – 4 шага на половинную), в паузе – остановка. Необходимо соблюдать круг/периметр и состояние между детьми.
Остановка на Ы. Без остановки на Ы. Остановки только на паузе для смены тональности.

И.П. лицом в круг, ноги вместе, руки согнуты в локтях на ширине туловища, ладони вверх. Кистями рук поочередно плавно «зачерпываем воду»: на штро-бас одной рукой, на гласные – другой (8 движений). Глазами следим за каждым движением.

И.П. тоже. Движением рук к себе показываем направление воздуха при вдохе, и не переносим кисти движением рук от себя – показываем выдох.

Упражнения на переходе из грудного в фальцетный режим.

И.П. Одна нога на шаг вперёд другой и чуть согнута в колене. Руки на уровне пояса, согнуты в локтях и повернуты запястьями вверх, кисти сжаты в кулак. Кулачки находятся один перед другим («держим кисть (валик) на длинной ручке»).

Приложение

Идея - Бурденко Л.И.
Разработка движений –
Трифенова И.А.

Выполнение упражнений II уровня
с движениями.

1-й цикл: Упражнения в грудном режиме.

1. «Шип-голос»

[A]h

[A] A, AOY, AЗЫ

И.П. руки согнуты в локтях, ладони от себя. Отодвигаем от себя воображаемый тяжёлый предмет.

Резкий хлопок в ладоши, сомкнутые в хлопке ладони постепенно разводим в стороны и вверх («рисуем воронку»).

2. «Лошадка»

[A](Г)A

И.П. ноги на ширине плеч, чуть согнуты в коленях. Руки «держат вошки». На каждую (Г) A пружинящее движение ног вниз и обратно.

3. «Пух»

(У)

И.П. руки согнуты в локтях, ладони смотрят вверх, и находятся на уровне лица, локти и кисти соединены, но не прижаты к телу. Сдуваем с ладоней воображаемый большой комочек лёгкого пуха.

(У) O

Сдуваем и подбрасываем вверх комочек пуха, следя за ним глазами.

4. «Цапля»

Ой(й)

«Холодная вода»

Хь

И.П. руки опущены вдоль тела, стулны рядом. Одну ногу быстро подтягиваем к колену другой, стопа натянута.

И.П. тоже. Дважды ударяем пальцами одной ноги по полу перед собой и быстро подтягиваем ногу к колену другой как в Ой(й).

«Дрожь»

(Г)

И.П. тоже. Передёргиваем плечами, руки остаются свободными, кисти рук болтаются.

Выполняем последовательность движений: одна нога к колену, передёргивание плечами с болтанием кистями рук, нога опускается на пол. Т.о., на Ой(й) и Хь совершается одно движение, а на (Г)A второе.

музыкальным отношении детьми могут использоваться пятиступенные попевки и интервал дуоцима. Усложнять интонационно-ритмический материал упражнений не рекомендуется. При достаточно уверенном освоении двигательной стороны приёмов и интенсивном музыкальном развитии обучаемых - приёмы могут быть перенесены на любой художественный материал (см. приложение).

Каждое упражнение состоит из нескольких шагов (от 2-х до 5-ти). Шаг упражнения -- это последовательность операций, т.е. введение с каждым шагом нового простейшего движения. Каждый шаг исполняется четыре раза. Четырёхкратность исполнения двигательных упражнений обусловлена законами работы мозга и является оптимальной для обучения любой мышечной системы.

Первый шаг каждого упражнения 1-го цикла (грудной режим) записан в тональности ЛЯ МАЖОР. Для соблюдения четырёхкратности исполнения упражнений и первого ограничения ФМРГ достаточно трёх тоналностей: A *dur*, B *dur*, H *dur*, хотя ограничения в тоналностях вниз нет (как позволяют голоса). Смена тоналностей должна происходить по полутонам по следующей схеме: либо две тоналности вверх – одна вниз; либо одна тоналность вверх – две вниз. Например: A, B, H, B; B, H, B, A.

Во 2-м и 3-м цикле смена тоналностей будет происходить по другой схеме, но также в полутоновом соотношении, т.к. для 2-го и 3-го цикла действует второе ограничение ФМРГ: принципиальный запрет на использование речевой формы гласных (чистых гласных) выше МИ-БЕМОЛЬ (РЕ-ДИЕЗ) ВТОРОЙ ОКТАВЫ, переход на маскировочную артикуляцию на базе нейтрального гласного.

Необходимым и достаточным временем тренировочной нагрузки, за которое набирает инерцию дыхательная мускулатура и соответствующие структуры центральной нервной системы, является 12-ти минутное звучание голоса (при четырёхкратном выполнении каждого шага). Упражнения построены таким образом, что 1/4 времени уходит на вдох. Следовательно, время должно быть увеличено на 3 минуты. Получаем 15 минут. 1/5 часть этого времени (15-ти минут) занята показом педагога. Необходимо добавить ещё 3 минуты. Итого, исполнение упражнений II уровня занимает 18 мин. Этого времени должно быть достаточно для прохождения II уровня при свободном владении материалом.

На начальном этапе работы или при условии значительно меньшего времени, отводимого на этот вид деятельности (что особенно актуально для учителей музыки в общеобразовательной школе при одном 45-ти минутном уроке в неделю), возможны различные варианты «урока» - организация работы по ФМРГ. Например, прорабатывание упражнений с одним приёмом по циклам: гласный «у» с выдуванием в 1-м цикле – упражнение № 3, во 2-м цикле – упражнение № 3, в 3-м цикле – упражнение № 2. Или включение нескольких упражнений (не

всех) из каждого цикла. Важно соблюдать необходимое и главное условие – *последовательное движение от грудного режима через упражнения на переходе к упражнению в фальцетном режиме.*

Описание упражнений составлено по следующей схеме:

1. Номер упражнения, его условное название, количество шагов.
2. Исходное положение (И.П.) – не во всех – установка контролируемой мускулатуры.
3. Задание (я) – точное описание мышечных и звуковых действий, они же средство контроля преподавателем деятельности учащихся.
4. Приём (ы), который работает на данном упражнении
5. Показатели – цель упражнения.
6. Контроль – формулировка заданий по самонаблюдению выдаваемых преподавателем учащимся в зависимости от возрастных особенностей и сложности упражнения.

II. ОПИСАНИЕ УПРАЖНЕНИЙ

1-й ЦИКЛ: все упражнения исполняются грудным режимом работы гортани («толстый» голос) не выше **МИ-БЕМОЛЪ (РЕ-ДИЕЗ)** **ПЕРВОЙ ОКТАВЫ!**

№ 1: «Шип-голос». 3 шага.

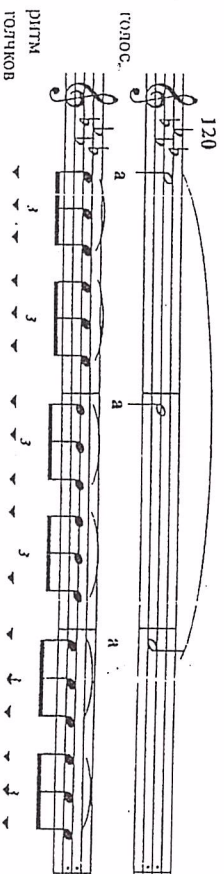
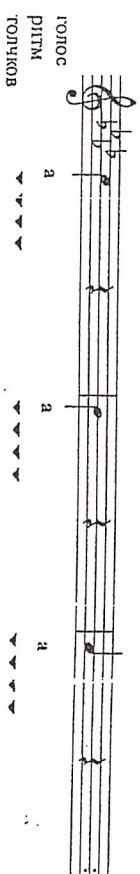
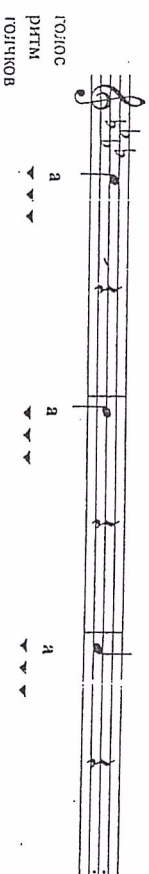
Упражнение содержит ряд заданий повышающейся степени сложности. Включать каждое следующее целесообразно только при доведении до автоматизма выполнения предыдущего.

И.П.: рот максимально открыт, обнажены четыре верхних и четыре нижних зуба (все резцы) и дёсны. Бесшумно вдохнуть, «спеть» гласный «А» шёпотом, бесшумно выдохнуть, удерживая максимально открытый рот, спеть последовательности гласных «А», «АОУ», «АЭЫ». («Маскировочная артикуляция»)

Задания:

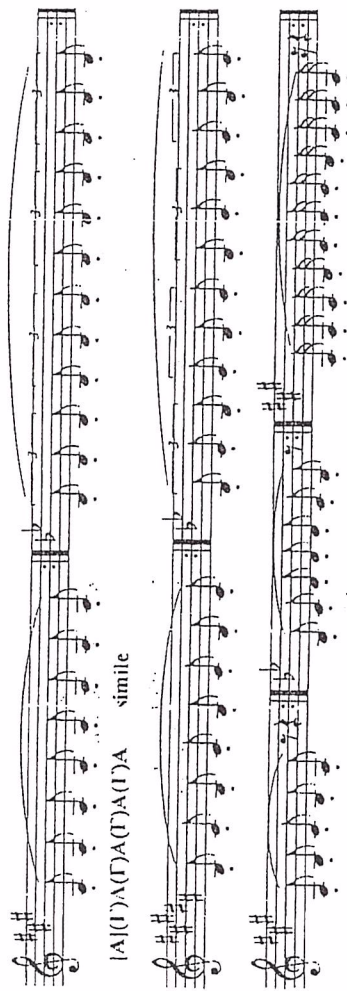
1. Артикуляция гласных заднего ряда (плотного уклада) «АОУ» производится только с помощью движений губ без движения нижней челюсти, не закрывая зубы и дёсны. Артикуляция гласных переднего ряда (ротового уклада) – с помощью движений языка при неподвижных нижней челюсти и губах.
2. Одновременно с «пением» шёпотом поднимать и расширять грудную клетку, оставляя неподвижными плечи. В момент вдоха – расслабление: опустить грудь. Во время пения последовательностей гласных – так же поднимать и расширять грудную клетку при неподвижных и опущенных плечах.

Механический приём наведения на ощущение пения с вибрато

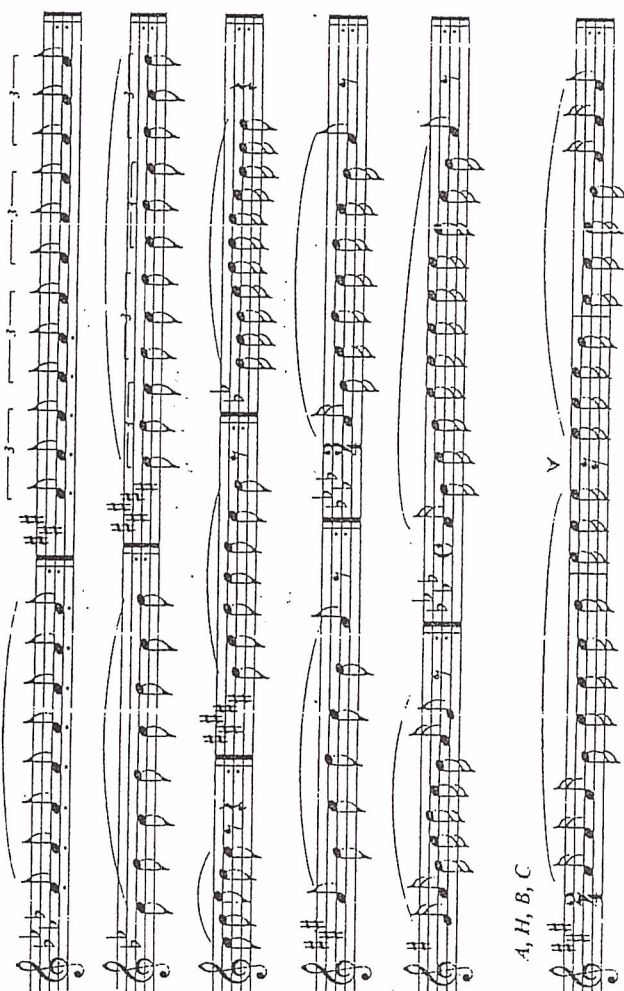


Фонетический приём развития певческого вибрато

Упражнения в грудном режиме



Упражнения в фальцетном режиме



3. После подъёма и расширения грудной клетки на «пени» шёпотом, удерживать грудь в поднятном и расширенном положении во время паузы и во время пения гласных. Производить вдох без движения грудной клетки только за счёт расслабления мышц брюшной стенки. Следить за неподвижностью опущенных плеч.

Приём: отключение управляемой мускулатуры ротоглоточной полости.

Показатели: активный фонационный выдох. Специфическая форма ротоглоточного рупора. Развитие и тренинг висцеральной (внутренней) выдыхательной мускулатуры.

Контроль: визуальный, осязательный - рупор.

№ 2: «Пульсирующие упражнения» - развитие певческого вибрато фонетическим приёмом. 3 шага.

И.П.: Сидя, туловище наклонено вперёд, локти опираются на колени, кисти расслаблены.

Задание: Исполнять варианты попевок со звуком «Г-придыхательный» (украинский), контролируя реакцию внешней мускулатуры на голособразующие толчки дыхания. Внимание концентрируется на ощущениях пульсации в нижней части живота.

Приём: замена атаки гласного необычным движением.

Показатели: тренировка механизма, генерирующего певческое вибрато.

Контроль: визуальный – специфическая форма рупора. Активная работа дыхания и сопутствующие реакции (пульсация стенки живота и/или боков).

№ 3: «Выдыхание» - фонация гласного «У» с одновременным выдыханием воздуха. 5 шагов.

И.П.: плотно сомкнутые губы вытянуты трубочкой, челюсти разомкнуты, щёки слегка надуты.

Задание: - 1 шаг – исполнять попевку на гласном «У» с выдыханием.

- 2 шаг – перевод гласного «У» с выдыханием в гласный «О». Перевод должен производиться без перерыва звучания только за счёт минимального размыкания губ и выворачивания их напоподобие воронки. Размыкать и выворачивать губы следует медленным, плавным движением.

- 3, 4 и 5 шаги - отличаются от второго только соотношением времени звучания гласного «У» с выдыханием и гласного «О» и ступенью перехода.

Рекомендуется внимательно следить за формой гласного «О», чтобы он не превращался в речевой. Главное задание – переносить динамику звучания выдыхания на гласный «О».

Приём: введение необычного движения.

Показатели: активный фонационный выдох. Специфическая форма рупора.

Контроль: фиксация внимания на единстве ощущений дыхания, давления и вибрации, возникающих в теле во время выдувания и во время пения гласного «О», независимо от его продолжительности. Визуальный контроль – специфическая форма рупора. Контроль выдувания воздуха на ладони. Слуховой – характерный шумящий призыв в момент выдувания.

№ 4: «Нейтральный гласный» формирование фонетического компонента механизма «прикрытия» 4 шага.

Упражнение предназначено для поиска специфического положения языка, формирующего узкий канал между спинкой языка и твёрдым нёбом. Поиск осуществляется в зоне, ограничиваемой тремя положениями языка.

Первое положение – гласный «И с шумом» или «И-продлённый»: передняя часть языка упирается боковыми краями в верхние зубы (клыки), из-за чего при фонации гласного «И» к нему присоединяется шум, производимый струёй воздуха, проходящей между языком и зубами.

Второе положение – как в смягчённом согласном «Хь» произносимым одновременно со звуком голоса: края средней части языка упираются в верхние боковые зубы.

Третье положение – как в согласном «Г с шумом» или «Г-продлённым» («гуление»), с характерным звуком, вызываемым струёй воздуха, проходящей между задней частью языка и нёбом.

Задание:

- 1 шаг – интонирование попевки с описанным первым положением языка.

- 2 шаг – исполнить попевку так, чтобы на первые две восьмые пришёлся глухой согласный «Хь» без звука голоса, а на следующую попевку озвученный согласный «Хь» (одновременно с голосом). Следить, чтобы язык в звуковысотной попевке продолжал оставаться в положении «Хь», а не переходил в положение гласного «И» (как в «ХИ»).

- 3 шаг – интонирование попевки с описанным третьим положением языка.

- 4 шаг – перемещение языка последовательно от первого положения через второе к третьему и обратно одновременно с интонированием попевки.

Примечание: введение необычного движения.

Показатели: специфическая форма рупора. Активный фонационный выдох.

Упражнения специфического воздействия.

"Зубы на зубы"

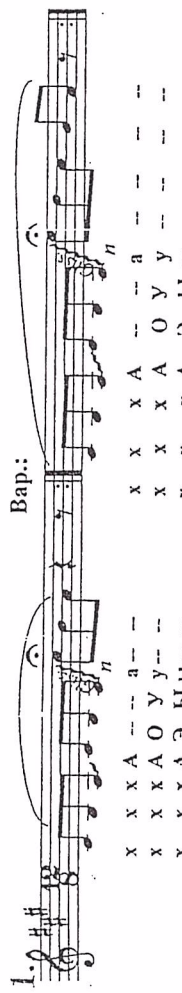
Устранение неопёртого звучания (тихий сильный тон) в низком ученике диапазона фальцетного резкого детского и женского голоса, имеющего в вокально-педагогической традиции "медуном".

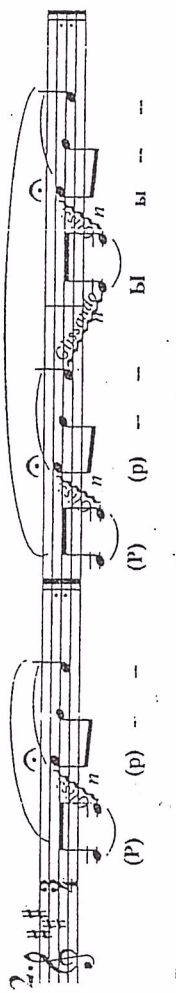
Исходное положение: верхние и нижние резцы (передние зубы) соприкасаются краями (находится в одной вертикальной плоскости). Губы раздвинуты в улыбку и не принимают участия в артикуляции гласных.

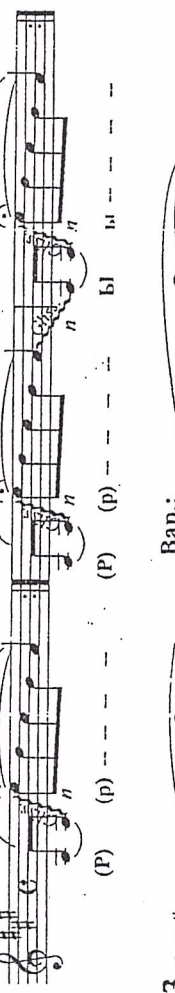
"Уточка"

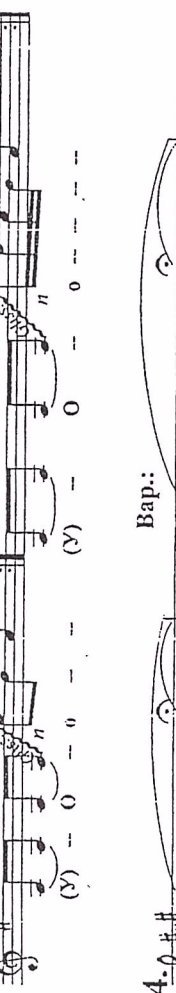
Формирование характерного тембра альтовой партии в детском хоре. Исходное положение: нижняя челюсть выдвинута вперёд, нижние зубы перед верхними. Губы вытянуты вперёд и вывернуты.

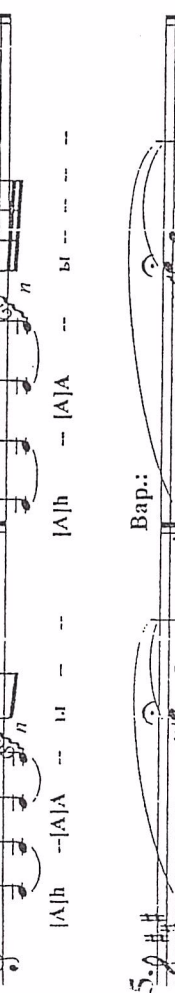
2-ой цикл: Упражнения на переходе из грудного режима в фальцетный

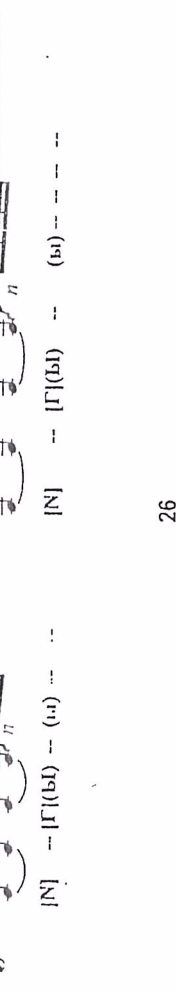
1. Вар.: 

2. Вар.: 

Вариант: 

3. Вар.: 

4. Вар.: 

5. Вар.: 

Контроль: обязательное возникновение на входе интонируемого звука (а не просто шума от сильного вдоха).

2-й ЦИКЛ: все упражнения исполняются на одном нотном ритмическом материале: интервале децима с попевкой, нисходящей с вершины интервала. Нижний тон децимы расположен в грудном режиме с учётом первого ограничения ФМРГ, т.е. не выше **МИ-БЕМОЛЬ (РЕ-ДИЕЗ) ПЕРВОЙ ОКТАВЫ**. Верхняя часть упражнения исполняется через регистровый порог в фальцетном режиме («тонким» голосом). Сам интервал исполняется на одном выдохе без паузы между основанием и вершиной интервала глиссандирующей восходящей интонацией, во время которой должен срабатывать регистровый порог.

№ 1: «Штро-бас – грудной – фальцетный». 3 шага.

И.П.: Рот открыт непринуждённо, плоский расслабленный язык лежит на нижней губе, губы не напряжены.

Задание: интонационно-ритмический материал упражнения исполняется на одном выдохе без паузы со срабатыванием регистрового порога во время глиссандирующей восходящей интонации. В фальцетном режиме язык остаётся в исходном положении. Артикуляция гласных «ау» и «аы» маскировочная. Следить за точной формой гласного «А» во время штро-баса и пения гласного в грудном режиме.

Приёмы: введение дополнительного режима (штро-бас к грудному и грудной к фальцетному). Необычное движение. Отключение управляемой мускулатуры. Регистровый порог как пусковой механизм саморегуляции.

Показатели: целесообразное использование режимов работы гортани. Специфическая форма рупора.

Контроль: визуальный – «маскировочная» артикуляция, положение языка. Слуховой – форма гласного «А» в грудном и фальцетном режимах.

№ 2: «Вибрация губ». 2 шага.

И.П.: максимально открытый рот до и после каждого интервала.

Задание: - 1 шаг - исполнить интервал с попевкой вибрацией губ.

- 2 шаг - интонационный материал упражнения исполняется дважды на одном выдохе без паузы: первое исполнение вибрацией губ, второе – на гласном «Ы». Перевод вибрации губ в гласный «Ы» происходит на нижнем тоне интервала в грудном режиме. При переходе в фальцетный режим на гласном «Ы» рот открывается круговым движением: внизу подбородок выходит вперёд, во время глиссирования к верхнему тону, рот открывается максимально. Следить за точной

Примеч. необычное движение. Дополнительный режим работы. гортани.

Показатели: целесообразное использование режимов работы горнани. Активный фонационный выдох.

Контроль: слуховой - срабатывание регистрирового порога, точная форма гласного «ы». Визуальный - артикуляция. Активная работа дыхания и сопутствующие реакции.

№ 3: «Выдывание». 1 шаг.

И.П.: плотно сомкнутые губы вытянуты трубочкой, челюсти разомкнуты. Щёки слегка надуты.

Задание: исполнить интонационно-ритмический материал упражнения на одном выдохе без паузы со срабатыванием регистрового порога во время восходящей глассирующей интонации. При переводе выдыхания в гласный «У» в грудном режиме минимально, медленно и плавно разомкнуть и вывернуть губы надобие воронки. Сохраняя форму гласного «о» в фальцетном режиме. Переносить динамику звучания выдыхания на гласный «О» в грудном, а затем в фальцетный режим.

Примечание: необычное движение. Дополнительный режим работы гортани.

Показатели: целесообразное использование режимов работы гортани. Активный фонационный выдох. Специфическая форма рупора.

Контроль – фиксация внимания на единстве ощущений дыхания, давления и вибрации, возникающих в теле во время выдыхания и пенинга гласного «О» в грудном и фаллическом режимах. Службой – регистрацией порог. Визуальный – специфическая форма рулора. Ощущение потока воздуха на ладони.

№ 4: «Шун-зорос». 1 was.

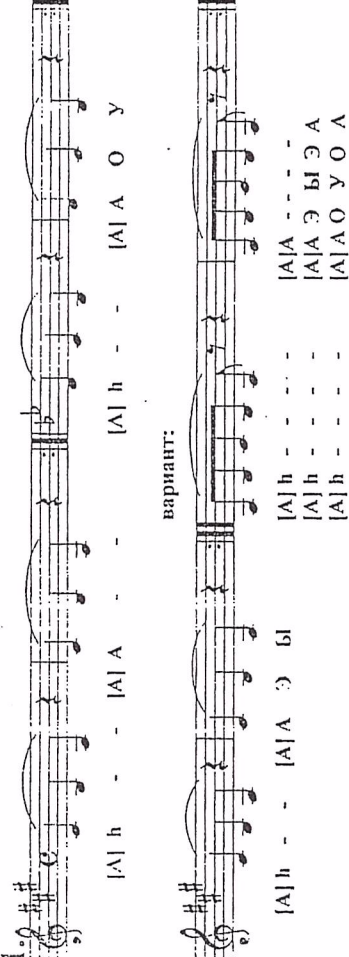
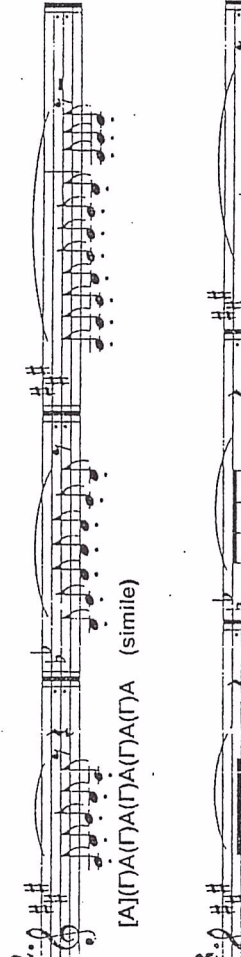
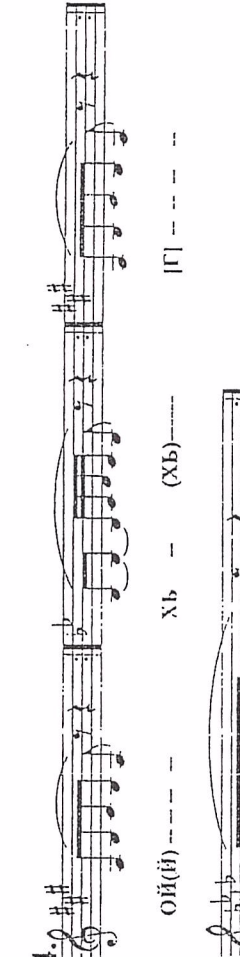
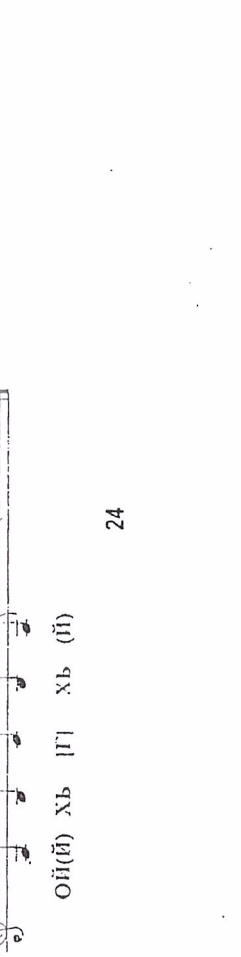
И.П.: рот открыт максимально.

Задание: исполнить интонационно-ритмический материал по графической записи (не пропустить бесшумный вдох с максимальным открытым ртом между «пением» гласного «А» шёпотом и пением гласного «А» грудным режимом) на одном выдохе без паузы. Во время восходящей глиссандирующей интонации от гласного «А» к гласному «ы» следить за: 1) срабатыванием регистрового порога; 2) переводом языка в положение «Г-продлённого»; 3) сохранением максимального открытия рта. Форма гласного «ы» в фальцетном режиме не должна приближаться к «а» или «э».

Примечание: необычное движение. Дополнительный режим работы гортели.

[illegible]

1-ый цикл: Упражнения в грудном режиме

1.      

Показатели: целесообразное использование режимов работы горючего. Активный функциональный выход. Специфическая форма рулора.

Контроль: слуховой – регистрирующий порог, точная форма гласного «ы» в фальцетном режиме. Визуальный – специфическая форма рупора, смена положения языка во время глissандо. Активная работа дыхания и сопутствующие реакции.

№ 5: «Нейтральный гласный». 1 шаг.

И.П.: рот открыт максимально, язык в положении «Г-продлённого», губы и челюсти неподвижны.

Задание: исполнить интонационно-ритмический материал упражнения на одном выдохе без паузы со срабатыванием регистра порога во время восходящей глиссандирующей интонации. Внимательно проследить за формой «нейтрального» гласного (близкого к «Ы», а не к «А» или «Э») при переходе в фальцетный режим. Сохранять форму «нейтрального» гласного во время пения попевки в фальцетном режиме.

Приёмы: необычное движение. Дополнительный режим работы торганти.

Показатели: целесообразное использование режимов работы гортани. Активный функциональный выдох. Специфическая форма рупора.

Контроль: слуховой – регистровый порог, точная форма «нейтрального» гласного (близкого к «ы») в грудном и фальцетном режиме. Визуальный – специфическая форма рупора, неподвижность языка, установленного в положение «нейтрального» гласного. Вибрационные ощущения. Активная работа дыхания и сопутствующие реакции.

3-Й ЦИКЛ: все упражнения исполняются в фальцетном режиме («тонкий» голос). Исходная тональность **ЛЯ-БЕМОЛЬ МАЖОР (ПЕРВАЯ ОКТАВА)**. Ниже этой тональности петь упражнения не рекомендуется, т.к. возникнет опасность путаницы режимов и исполнения упражнений в трудном режиме выше первого ограничения ФМРГ. Исполнять упражнения можно как на полках в объёме терции, так и на полках в объёме квинты. Не следует подниматься выше тональности **РЕ-БЕМОЛЬ МАЖОР (ВТОРАЯ ОКТАВА)** для обоих видов полёвок как исходной четырёхкратного исполнения какого-либо упражнения.

№ 1: «Вибрация губ». 5 шагов.

Исполнение этого упражнения полностью совпадает с исполнением упражнения № 6 в 1-м цикле.

И.П.: максимально открытый рот до и после каждой поправки.

Задание: начиная со 2 шага (перевод вибрации губ в гласный «ы»), рот на гласный «ы» должен открываться быстрым (резким) максимальным опусканием нижней челюсти круговым движением вперёд – вниз с обнажением нижними и верхними резцами. Следить за формой гласного «ы» (а не «а» или «э»).

Приём: необычное движение.

Показатели: активный фонационный выдох. Специфическая форма рупора.

Контроль: активная работа дыхания и сопутствующие реакции. Вибрационные ощущения. Слуховой – форма гласного «ы». Визуальный – форма рупора, скорость открывания рта.

№ 2: «Выдвигание». 5 шагов.

Формирующие задачи упражнения с приёмом выдвигание полностью повторяют предыдущее упражнение. Упражнение отличается от аналогичного в грудном режиме переводом выдвигания в гласный «ы».

И.П.: плотно сомкнутые губы вытянуты трубочкой, челюсти разомкнуты, щёки слегка надуты.

Задание: начиная со 2 шага (перевод выдвигания в гласный «ы»), рот на гласный «ы» должен открываться быстрым (резким) максимальным опусканием нижней челюсти круговым движением вперёд – вниз с обнажением нижними и верхними резцами. Следить за формой гласного «ы» (а не «а» или «э»).

Приём: необычное движение.

Показатели: активный фонационный выдох. Специфическая форма рупора.

Контроль: фиксация внимания на единстве ощущений дыхания, давления и вибрации, возникающих в теле во время выдвигания и во время пения гласного «ы», независимо от его продолжительности. Слуховой – форма гласного «ы», характерный шумящий призыв во время выдвигания. Визуальный – форма рупора, скорость открывания рта. Осязательный - ощущение потока воздуха на ладони.

№ 3: «Пулсирующие упражнения». 3 шага.

Формирующие задачи упражнения полностью совпадают с аналогичными упражнениями в грудном режиме.

№ 4: «Пулсация с выдвиганием» - дыхательный приём развития певческого vibrato. 3 шага.

И.П.: плотно сомкнутые губы вытянуты трубочкой, челюсти разомкнуты, щёки слегка надуты.

Задание: исполняется так же, как предыдущее упражнение, но на звуке «у» с одновременным выдвиганием воздуха. Желательно во время исполнения оставлять щёки неподвижными.

ой (й)

согласный «й» – продлённый – гласный «и» с шумом струи воздуха между языком и зубами. Язык в положении «И» - краткого».

Хь

смыканный согласный «Х» со звуком голоса. Язык в положении «Хь».

Г

согласный «г» продлённый – с кипением слюны между задней частью языка и твёрдым нёбом. Язык в положении согласного «Г».

Н п

заднеязычный носовой сонант («н» носовой) в грудном или фалыцетном режимах.

(ы)

нейтральный гласный – рот в положении гласного «А», язык в положении гласного «ы».

а

инспирирующая фонация – звук на вдохе.

←

Условные обозначения графического описания упражнений.

- УОАЗЫ** заглавные буквы: гласные в грудном (речевом, нефальцетном) режиме работы гортани.
- уоазы** строчные буквы: гласные в фальцетном (певческом, вокальном) режиме работы гортани.
- xxx** штро-бас-регистр – шумовой режим работы гортани (шорох, рокот, скрип, урчание). Вибрант голосовых складок шумового характера без фиксированной звуковысотности.
- [A]** бесшумный вдох с максимально открытым ртом.
- h** шипение горлом (пропускание воздуха через плотно сомкнутые, но не звучащие голосовые складки). Пение «шёпотом».
- п** порог – момент срабатывания межрегистрового порогового эффекта, сопровождающийся характерным звуковым щелчком.
- (P) (p)** губной вибрант – имитация звука «р» вибрированием губ с одновременным звучанием голоса в грудном или фальцетном режимах.
- (У) (у)** гласный «у» в грудном или фальцетном режимах с одновременным выдуванием воздуха через вытянутые трубочкой губы, нижняя челюсть максимально опущена при сомкнутых губах.
- (Г) (г)** согласный «г» придыхательный (украинский) в грудном или фальцетном режимах.

Прим: необычное движение.

Показатели: тренировка механизма, генерирующего певческое вибрато.

Контроль: ощущения активной дыхания и сопутствующих реакций (пульсация стенки живота и/или боков). Визуальный – специфическая форма рупора. Слуховой – характерный шумящий призыв у гласного «у».

№ 5: «Нейтральный гласный». 5 шагов.

Формирующие задачи упражнения полностью совпадают с аналогичным упражнением в грудном режиме.

№ 6: «Инспираторная фонация». 3 шага.

Упражнение отличается от аналогичного в грудном режиме исполнением обеих нисходящих попевок в фальцетном режиме. Задания по исполнению и самоконтролю остаются прежними.

Завершение урока, снятие утомления. 3 шага.

Упражнение № 7 «Штро-бас – грудной режим» из 1-го цикла.

УПРАЖНЕНИЯ СПЕЦИФИЧЕСКОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ

Упражнения данной группы отличаются от предыдущих направленностью на решение задач ограниченного круга в ограниченное время. После достижения результата эти упражнения могут быть исключены из работы. Специфичность упражнений определяется локальностью некоторых целей, возникающих непосредственно в **ВОКАЛЬНО-ХОРОВОЙ РАБОТЕ** с детьми, находящимися на 2-м уровне обучения.

Упражнения специфического воздействия могут вводиться в работу только после освоения всех упражнений II уровня.

Упражнения не имеют порядковых номеров, т.к. не связаны друг с другом и могут исполняться по одному, в любой последовательности, а также могут добавляться к основному «уроку» по мере необходимости.

- «Зубы на зубы» - устранение неопёртого звучания (тихий сильный тон) в нижнем участке диапазона фальцетного режима детского и женского голоса, именуемого в вокально-педагогической традиции «медимумом» (приблизительно РЕ ПЕРВОЙ - РЕ ВТОРОЙ ОКТАВ).

Название упражнения отражает его основное задание: верхние и нижние зубы (резцы) соприкасаются краями, т.е. верхние зубы стоят на нижних. При этом нижняя челюсть слегка выдвигается вперёд. Губы находятся в обычном активном положении: четыре верхних и четыре нижних зуба и дёсны над и под ними открыты. В таком исходном положении используется попевка, нижняя часть которой находится в грудном режиме, а верхняя – через кварту - в фальцетном. При таком небольшом интервале между режимами необходимо внимательно контролировать слухом и ощущениями чёткое срабатывание регистрового порога. Визуально - отсутствие движений губ при артикуляции гласных «у», «о», «а», «э», «и». Вся артикуляция должна производиться за счёт движений мускулатуры языка и глоточных полостей. Работает прим дополнительной регистра и отключения управляемой мускулатуры.

- «Уточка» - формирование характерного тембра альтовой партии в детском хоре.

Упражнение названо так из-за сходства утиного клюва с вытянутыми вперёд губами. Нижняя челюсть выходит вперёд так, чтобы как на гласном «у» и слегка выворачиваются наружу, чтобы были видны попевкам в предыдущем упражнении. Необходимо контролировать слухом чёткое срабатывание регистрового порога, и визуально - неподвижность губ и челюсти при артикуляции гласных. Прим действуют те же.

- Фонетический приём развития певческого вибрато.

Пульсирующие упражнения 1-го и 3-го циклов II уровня могут быть определены как фонетический и дыхательный способы развития певческого вибрато у безвибратных голосов, и коррекция его у голосов с дефектами вибрато.

При наличии у обучаемых осознанного слухового представления о звучании голоса с вибрато и желания достичь такого звучания – вполне достаточно фонетического и дыхательного способов развития вибрато. При желании дополнительной работы данным способом предлагается расширенный комплекс интонационно-ритмических попевок, построенный по принципу постепенного увеличения времени наработки на выдыхательную систему, и на сферу интеллектуальной деятельности учащихся (упражнение по сравнению со всем предыдущим интонационно-ритмического материала).

Все формирующие задания этого упражнения полностью повторяют задания пульсирующих упражнений (№ 2 в грудном и № 3 в фальцетном) уровня, и также делаются на исполняемые грудным и фальцетным режимами.

- Механический приём наведения на ощущения пения с вибрато.

Для интенсификации работы по развитию вибрато и для получения обучаемыми слухового представления о звучании их собственного голоса с вибрато (особенно при отсутствии такового), т.е. для формирования регулируемого образа своего голоса с вибрато, может быть применён дополнительный механический способ развития вибрато.

И.П.: стоя или сидя наклониться вперёд, не сгибая спины и шеи. Пальцы обеих рук плотно соединить и выпрямить. Упереть пальцы в нижнюю часть стенки живота, так чтобы локти были выдвинуты вперёд. Стенка живота должна ощущаться как мягкая, расслабленная.

Задание: (см. ноты) – 1 шаг - при пении гласного «а» фальцетным режимом на указанных нотах производить интенсивные толчки пальцами рук стенки живота. Толчки должны совпадать со знаками под нотами и производиться так, чтобы пальцы не отводились от стенки живота и не превращались в удары (!). В голосе возникает пульсация, весьма похожая на певческое вибрато.

- во 2 шаге устанавливается ритм толчков на протяжной попевке. В темпе 120 по метроному четверти восьмыми триолами дадут частоту пульсации 6 Гц (6 колебаний в секунду), что является усреднённой эталонной частотой певческого вибрато академического голоса.

При затруднённой работе рук, непривычности и сложности индивидуальной поход. Толчки живота учащегося могут производиться рукой преподавателя при точном представлении им частоты и амплитуды вибрато, которые он хочет вызвать у обучаемого.

Иногда предлагаемый приём, в том числе индивидуальной поход, приходилось использовать всего один раз, после чего обучаемый понимал, что требуется, и быстро осваивал координацию пения с вибрато.