

**Муниципальное автономное учреждение
Дополнительного образования
Центр детского творчества «Юность»
Дзержинского района**

**РАЗВИТИЕ СЦЕНИЧЕСКОГО И ВОКАЛЬНОГО ДЫХАНИЯ
УЧАЩИХСЯ НА ЗАНЯТИЯХ В МУЗЫКАЛЬНО-ТЕАТРАЛЬНОМ
КОЛЛЕКТИВЕ.**

(методическая разработка)

Автор: С.А. Тарасов
педагог дополнительного образования

Пермь, 2019 г.

Одной из основных задач преподавателя музыкально-театральной студии является развитие у учеников правильного певческого дыхания и необходимого для выступления. Обучаясь вокально-хоровой и актерской деятельности, дети должны овладеть навыком ровного голосообразования, нормализацией дыхания во время танцевального движения либо активного перестроения на сценическом пространстве. Актуальность данной рекомендации обусловлена тем, что большинство учеников различного уровня подготовки, дышат автоматически, неосознанно и не имеют навыка сценического дыхания, что мешает постановочной и концертной деятельности. В связи с этим возникает необходимость систематического использования специфических упражнений и игровых методов. Данная рекомендация может быть использована преподавателями вокально-хоровых дисциплин и руководителями театральных коллективов.

Так как у детей школьного возраста дыхание зачастую поверхностное и диафрагма почти не используется, главная задача педагога научить ребенка брюшному и смешанному типу дыхания. Все упражнения направлены на то, чтобы избавить учеников от верхне-ключичного дыхания и способствовать формированию осознанного, контролируемого и интенсивного вдоха и выдоха.

Педагог должен следить за тем, чтобы вдох был спокойным, осознанным, интенсивным, важно чтобы ученик не привыкал к глубокому, объемному вдоху, приводящего к зажимам. Для развития навыка сценического и вокально-хорового дыхания используются следующие упражнения, которые систематически и взаимосвязано друг с другом применяются на занятии.

Упражнение на развитие смешанного и брюшного дыхания:

Упражнение «Дыхание с подъемом ног». Сидя на полу или на стуле ученик поднимает ноги параллельно с полом, начинает дышать ртом, плечи не могут подниматься и дыхание автоматически становится брюшным. Важно следить за тем, чтобы ученики не пытались делать глубокий вдох, который должен быть естественным, непринужденным, не шумным.

Упражнение «Насос». Сидя на полу ноги выпрямляются а торс поворачивается в сторону и опирается на руки, при этом одна из них упирается в живот. В таком положении так же активно подключается диафрагма и ученик начинает чувствовать как живот при вдохе упирается в руку. После данного тренинга полезно использовать упражнение «Собачка»: ученики кладут руки на диафрагму и делают быстрый вдох и выдох. Важно следить за тем, чтобы ребенок не поднимал плеч и подключал брюшной тип дыхания. Постепенно ученики перестают поднимать плечи, что сигнализирует о переходе к брюшному дыханию.

Параллельно тому, как ученики начинают понимать и использовать диафрагму в процессе дыхания особое значение уделяется вдоху и выдоху.

Упражнение на развитие длительного выдоха и короткого интенсивного вдоха:

Упражнение «Воздушный шарик». Ученики делают короткий интенсивный вдох, представляют, что они «воздушные шары», которые постепенно сдуваются, педагог ведет счет. На начальном этапе необходимо чтобы дети выпускали воздух на пять счетов, постепенно цифра увеличивается до максимально возможной.

Упражнение «Пароход». Ученики принимают образ парохода, делают интенсивных короткий вдох, начинают производить звук, похожий на гудок «корабля», используя поочередно низкие и высокие звуки.

Упражнение «Ма-Ма». На начальном этапе дети произносят слово «мама» с опущенным небом, затем поочередно открывая и закрывая его. Данное упражнение способствует ощутить контроль над дыханием и физиологически почувствовать степень его расхода.

Развитие дыхания на опоре.

Упражнение «Змея и жук». Ученики под музыкальное сопровождение, производят поочередное волнообразное движение руками вправо и влево, произнося звуки на согласные «ж» и «з», следует следить за тем, чтобы туловище максимально поворачивалось вслед за рукой. Вдох должен быть максимально интенсивным и коротким, в противном случае у детей будет оставаться излишек воздушной массы в легких, что приведет к усталости и одышке. Упражнение производится на длинную фразу, за которую ребенок успевает провести волнообразное движение вправо и влево, затем фразы становятся короче и повороты туловищем учащаются.

Систематическое использование данных упражнений на занятии позволяет добиться того, что вдох и выдох ученика становится контролируемым и осознанным, а в дальнейшем выработанный навык становится автоматическим, и опытные ученики, выступая на сцене, используют правильное дыхание, без контроля. Как показала практика, развитие вокально-хорового, сценического дыхания значительно повышает качество исполнения и позволяет ученику получить результат от конкурсно-концертной деятельности.

