

Музыка +

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Детская музыкальная школа № 4 им. Л. Воинова

С Е Г О Д Н Я	В Н О М Е Р е	В чем причина эстрадного волнения?	с. 1	С Е Г О Д Н Я	В Н О М Е Р е
		Воздействие вокальной терапии на физическое и эмоциональное состояние маленького человека	с. 2		
		Как выбрать песню на вокальный конкурс?	с. 3		
		Путешествуйте по миру музыки!	с. 4		

В чём причина эстрадного волнения?

В чем же причина эстрадного волнения? Это ведь не недостаточная подготовка. Эстрадное волнение испытывают все – от ученика ДМШ до маститых артистов с огромным концертным опытом. Эстрадное волнение весьма многолико в своих проявлениях: оно воодушевляет (это позволяет раскрыть глубоко скрытые возможности ученика или артиста); оно может очень сильно угнетать выступающего и это трудно управляемо.

За исключением очень одарённых учащихся, основным мотивом для занятий музыкой у детей является желание родителей. Для учащихся младших классов (6 – 9 лет) выступление в концерте ассоциируется с праздником – все красиво одеты, сцена, хлопают, поздравляют, но бывает, что амбиции педагога и родителей делают своё плохое дело. Если ребёнка вовлекают в нездоровую конкуренцию с другими детьми, волнение возникает и переходит в юношеский возраст, формируется опыт концертных выступлений, стереотипы реакций и переживаний.

Интересно, что исполнителю безразлично в какой – «своей» или «чужой» – аудитории он выступает. Маленькие певцы предпочитают выступать в своей среде – для педагогов, родителей, друзей, а уже более взрослые меньше волнуются в чужой аудитории, т.к. они более восприимчивы к мнению сверстников, своих педагогов.



Предконцертное состояние имеет довольно чёткую периодичность со своими психологическими особенностями, пять фаз. Первая фаза – длительное предконцертное состояние. По мере приближения к дате

концерта, в зависимости от подготовки к нему волнение периодически возникает с той или иной силой.

Вторая фаза – непосредственное предконцертное состояние. У некоторых изменяется давление, повышается температура, бывает сильное недомогание, ученик жалуется, что заболел и выступать не может. Если педагог или сам ученик не преодолеют это состояние, связанное, как правило, с эстрадным волнением, оно будет всегда. Преодоление же малодушия, требующего немалых волевых усилий со стороны педагога и со стороны учащегося, успокаивает выступающего и приносит ему облегчение. Во второй фазе чаще выявляется характер волнения, например волнение-подъём, сопровождающийся лёгкой эйфорией, желанием скорей выйти на сцену. Это наиболее желательное предконцертное состояние. Но бывают и другие: это волнение-паника, связанная с сильным перевозбуждением, которое внешне проявляется в суетливости движений, отсутствии сосредоточенности. Исполнение часто становится неуправляемым. Преодолеть его или справиться с ним трудно, но можно, если с помощью педагога или собственного волевого усилия переключить внимание учащегося со своего самочувствия на музыкальное произведение, выполнение темповых и динамических указаний.

Третья фаза эстрадного волнения, время выхода на эстраду. Это самая короткая и острая фаза. Ученик остаётся один на один, и педагог уже ничем не может ему помочь. Он (Она) подходит как в тумане и редко остаётся в памяти выступающего.

Четвертая фаза – начало исполнения. Здесь важно внутренне подготовиться к исполнению, сосредоточиться и представить себе темп, динамику, желательно пропеть про себя начало песни. Если программа хорошо проработана и предконцертные выступления закрепили основные детали концертного выступления и поведения, исполнение будет устойчивым.



Пятая фаза. Часто её недооценивают или даже игнорируют многие педагоги. Это послеконцертное состояние. Это радостный подъём после удачного выступления, чувство усталости вплоть до полного изнеможения, недовольство собой и запоздалое желание – вот теперь бы я

сыграл по-настоящему!» Как важна в этих случаях спокойная уверенность педагога, поддержка друзей!

Без слушателей невозможно создать и обстановку концерта. Если учащийся не почувствует приподнятости и сопереживания слушателей с самых

ранних лет, его артистическая деятельность может не сформироваться.

Ученик не должен ждать своего выступления, слоняться в коридоре; нельзя разрешать младшим школьникам устраивать шумные игры до выступления, громкие разговоры. Обстановка должна способствовать спокойному ожиданию и сосредоточенности. Во время концерта педагогу важно во всех ситуациях сохранять спокойствие и доброжелательность. Нервозность преподавателя легко передается учащемуся, а иронические реплики и окрик совершенно недопустимы.

Большое значение имеют организация и само проведение концерта: к ним нужно относиться с максимальным вниманием, т.к. они во многом определяют дальнейший путь ученика в музыке.

Екатерина Пьянзова,

*председатель предметно-цикловой комиссии
вокально – хорового отделения*

Воздействие вокальной терапии

на физическое и эмоциональное состояние маленького человека

О пользе пения для детей сказано уже немало. Ни для кого не секрет, что данное занятие не только развивает слух и чувство ритма, но и способствует улучшению памяти, развивает талант к импровизации, стимулирует речевую деятельность. Исследования показали, что дети, занимающиеся пением регулярно, более спокойны и уравновешены. Учеными установлено, что во время пения в головном мозге вырабатываются эндорфины – вещества, которые называют «гормонами удовольствия». Благодаря им улучшается настроение, появляются радость и умиротворение, повышается жизненный тонус, происходит избавление от стрессов. Кроме того, пение позволяет улучшить состояние легких, цвет лица и даже исправить осанку.

Голос, который дан человеку с рождения, представляет собой уникальнейший музыкальный инструмент. Его вибрация положительно воздействует на весь организм.

Ученые полагают, что внутренние органы человека настроены на собственные частоты вибраций. Поэтому вокал является уникальным средством самомассажа каждого из них, что способствует оздоровлению и нормальному функционированию. Если какой-то орган заболевает, то его частота изменяется. Вследствие этого разлад возникает в работе всего организма.

Когда человек поет, то тем самым воздействует на больной орган, возвращая ему здоровую вибрацию. Этот эффект объясняется тем, что при пении



лишь 20% звуков направляются во внешнее пространство, а значительная часть – 80% – обращены вовнутрь, побуждая наши органы работать интенсивно. Звуковые волны, совпадая с соответствующими тому или иному органу резонансными частотами, вызывают в нем максимальную вибрацию и оказывают прямое воздействие.

Занятия вокалом – действенная профилактическая мера в предупреждении, прежде всего, простудных заболеваний. Пение здесь необходимо как воздух, так как оно «прокачивает» трахею и бронхи, отлично вентилирует и тренирует легкие.

Так, у людей, систематически занимающихся вокалом, жизненная емкость легких увеличивается. От этого запас прочности нашего организма становится значительно больше.

Пение способно предупреждать респираторные инфекции и благодаря возникающему при вокале «газовому дисбалансу» в организме. Когда человек поет, он воздух вдыхает быстро. Выдыхание же происходит медленно. Содержание в крови кислорода снижается, а углекислого газа – увеличивается. Последний в этом случае становится раздражителем и «подстегивает» иммунитет, который при заболеваниях начинает работать активнее.

Исполнение любимых песен улучшает произношение и практику разговорной речи. Тренируя дикцию, можно справиться с таким дефектом как заикание. Поэтому роль занятий вокалом при совершенствовании речевых функций трудно переоценить. Особенно это относится к детям: чем

раньше страдающий заиканием ребенок начнет это делать, тем больше у него будет шансов навсегда распрощаться с этим недостатком.

Специалистами доказано, что легкую степень заикания можно устранить полностью. Но при условии, что человек пением занимается регулярно. Известны факты, когда во всем мире при помощи хорового пения успешно лечили детей от легкой формы заикания. Поэтому главное здесь – это регулярность занятий.

Как выбрать песню на вокальный конкурс?

Работа педагога непростая профессия, особенно педагога вокального мастерства. Нашей задачей является дать начальную базу ученику, научить чисто интонировать, дикции, простейшим азам вокала.

Вы замечали, что не всегда достаточно иметь хороший голос, чтобы выиграть вокальный конкурс? Хотя, казалось бы, почему так, он же так чисто, ровно спел? Конкурсы по вокалу часто требуют многого: хорошие актерские данные, точная интонация, дикция, раскованность на сцене, зрелищность номера.

В желании сосредоточиться на всем и сразу ученики забывают главный секрет, как выиграть вокальный конкурс: песня, которую вы выбрали, сильно влияет на оценки жюри. Профессиональное жюри всегда обращает внимание на выступающего, на выбор песни, соответствует ли она возрасту, на вокальные данные, на то, как он держится на сцене, на его одежду. Конечно, волнение присутствует всегда, даже у состоявшегося певца, без этого в нашей профессии никак. Даже когда мы взрослые, состоявшиеся педагоги выходим на сцену и мы переживаем, волнуемся, а когда выходит наш ребенок на сцену или конкурс, волнение бьет свою линию вдвойне: «Этой же мой ребенок, это же моя проделанная работа с ним». Сейчас многие скажут, если вокалист имеет шикарный голос, то неважно, какую песню выбрать на конкурс. Можно и «Во поле береза стояла» спеть так, что зал заплодирует стоя. И кажется все удалось.

Однако, гениальные певцы потому и гениальны, что поют те произведения, которые им подходят, и сразу отмечают не выигрышные песни.

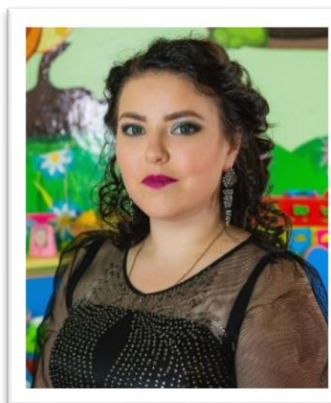
Хочу подсказать несколько советов, как выбрать песню для вокального конкурса. Следуйте правилам и все получится!

Правило первое: недаром говорит русская поговорка все новое – хорошо забытое старое.

Набросайте несколько вариантов тех песен, которые вы уже слышали, и они вам запомнились. В которых себя чувствуете, уверенно, что это дей-

Факт, который не нуждается в доказательствах: когда человек поет, он настроен позитивно и доброжелательно. Даже если ему грустно или произошло горе, то пение несет в себе ощутимое облегчение. Главное, делайте это от всей души! Но лучше не в одиночестве, а в кругу семьи, вместе со своими детьми, когда они вернутся с занятий в музыкальной школе и непременно захотят поделиться с родителями новыми знаниями в искусстве вокала.

*Вероника Агаджанова,
преподаватель вокально-хорового отделения*



ствительно ваша песня, по образу, по диапазону, по характеру. Не берите новых хитов, которые только-только появились в источниках интернета и еще не на слуху. А только-только развиваются в музыкальной индустрии.

Если хотите звучать уверенно, песня для конкурса вокала должна «отлежаться». Над ней нужно поработать, принять на себя образ этой песни, пережить её, прочувствовать. Наше сознание так устроено – ему нужно вжиться в художественный образ, запомнить мелодию, закрепить основные акценты. Если песня знакома, вам будет проще ее выучить.

Правило второе: не ищите песню, ищите эмоции. Не секрет, что песня должна вам нравиться, а текст – вызывать эмоциональный отклик, душевные переживания. Это как любовь с первого взгляда. Вы услышали песню и поняли, что готовы напевать его снова и снова, да еще пританцовывать в ритм. Она должна зажечь ваше сердце, чтобы днем и ночью вам хотелось петь и петь данное произведение. Показать ее своим друзьям, родителям, напевать перед своей семьей – по факту они и есть главные зрители и жюри. Самое важное, когда родитель заинтересован в интересах ребенка, поддерживает его, несмотря ни на что, результат и другое, является главным зрителем в жизни ребенка. Перейдем дальше к выбранному репертуару.

Даже если мотив незатейливый – берите эту песню на конкурс. Мелодию всегда можно усложнить, вставить пару сильных нот и добавить мелизмов.

В поисках эффектной сильной песни для вокального конкурса многие забывают об актерской подаче номера. Хотя это немало важное качество – актерская игра на сцене. Проживайте каждую строчку песни, всем своим осознанием, получайте драйв от своей песни, выложите на все 100 процентов и выступление выйдет глубоким и драматичным. Ведь не всегда вокалистам приходится петь то, что нравится, но настоящий артист находит эмоции даже в скороговорке.

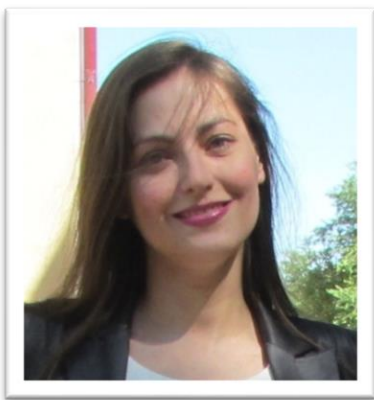
Правило третье: слушайте каверы и нестандартные версии. Различные варианты интересных обработок, аранжировок.

Что же выбрать на конкурс: хит или неизвестную песню? Доказано: узнаваемость песни влияет на положительную оценку жюри. Однако, есть песни, вызывающие негатив, потому что они повторяются из конкурса в конкурс, судьи слышали их уже ни раз. И поэтому неинтересно слушать одно и то же каждый раз. Для этого нужно быть оригинальным. Стоит найти модный ремикс, аранжировку или об-

Путешествуйте по миру музыки!

«Культура - смысл существования нации»

Карен Шахназаров



Сила воздействия музыки на человека, на его чувства и душевное состояние известна давно. Она зависит от многих факторов: эмоциональной отзывчивости, подготовленности к общению с искус-

ством, от музыкальных пристрастий. Восприятие искусства через пение - важный элемент эстетического наслаждения.

Человек наделен от природы особым даром – голосом. Именно голос помогает нам общаться с окружающим миром, выражать свое отношение к различным явлениям жизни. Певческий голосовой аппарат – необыкновенный музыкальный инструмент, таящий в себе исключительное богатство красок и различных оттенков.

Пение – наиболее доступный исполнительский вид музыкальной деятельности детей. Они поют с удовольствием, что способствует развитию активного восприятия музыки, умения искренне, глубоко выражать свои чувства, переживания.

Встреча с песней, общение с ней окрашивается для детей светлой радостью, вызывает положительные эмоции. У ребенка появляются заинтересованное отношение к музыке. Пение развивает у детей музыкальные способности, слух, память и чувство ритма, расширяет общий музыкальный кругозор. Более того, занятия вокалом улучшают память (поскольку ребенку нужно запоминать мелодию, текст, паузы, ритм и т.д.), способствуют развитию способностей к импровизации, прививают музыкальный вкус. Приучая детей в процессе пения к совместным действиям, объединяя их общим настроением, педагог воспитывает у ребят дружеские взаимоотношения, чувство творческого единства. Каждую песню мы стараемся оживить, создать свой неповторимый

Редактор – А. Генералова

работку узнаваемой песни или сделать лиричную акустическую версию известного хита, особенно если вы можете играть на каком либо инструменте. Известная мелодия, но спетая по-своему, будет вашим преимуществом на любом конкурсе вокала. Поэтому хочется сказать, любите свое дело, творите, экспериментируйте, не бойтесь идти вперед, ни смотря ни на что. Ведь ребенок смотрит на вас, радуется и грустит победам и неудачам вместе с вами.

Татьяна Ничуразова,

преподаватель вокально-хорового отделения

образ, что благотворно влияет на формирование эмоциональной сферы, дети познают основы актерского мастерства. Самый короткий путь эмоционального раскрепощения ребенка, снятия зажато-

сти, обучения чувствованию и художественному воображению – это путь через игру, фантазирование.

Перед педагогом стоит ответственная задача – научить детей любить песню, дать первоначальные певческие навыки. С этой целью целесообразно тщательно продумывать весь вокальный репертуар, который будет использован в работе с детьми, – и для слушания, и для разучивания.

Песня – яркая и образная форма углубленного представления об окружающей действительности. Исполнение песни вызывает у ребенка положительное отношение ко всему прекрасному, доброму и, порой, убеждает его сильнее, чем информация, полученная другим путем. Занятия пением имеют большую духовно-нравственную силу, которую можно увидеть не сразу, а постепенно, видя, как меняется человек, как он духовно обогащается, как раскрывается в нем богатство его души. Дети начинают задаваться вопросами высокого порядка. Именно созидательная функция пения является одной из направляющих в музыкальном воспитании детей разного возраста.

Для каждого человека музыка – это мир радостных переживаний и фантазий. Чтобы он мог оценить всю красоту этого мира, надо научить его воспринимать и понимать музыку. В последние годы возрождается забота о духовном воспитании юных граждан России именно с раннего возраста – пока их души чутки к добру, к теплу, к радости. Я уверена: поющий ребенок должен вырасти (и не может не стать!) благородным, Красивым и Добрым Человеком!

Хочется закончить словами Натальи Княжинской: «Если у вас есть талант, поделитесь им с другими! Если вы знаете, что сказать этому миру, скажите! Если ваша душа поет, пойте!»

Наталья Сидорова,

преподаватель вокально-хорового отделения

Вёрстка – О. Соболева