

Методика развития гибкости голоса сопрано: современные тренды и традиции

Лу Ваньжу

Независимый исследователь

Санкт-Петербургская государственная консерватория им. Н.А. Римского Корсакова

Санкт-Петербург, Россия

Lu_Wanzhu@conserv@mail.ru

ORCID 0000-0000-0000-0000

Поступила в редакцию 01.07.2024

Принята 21.08.2024

Опубликована 15.09.2024

УДК 783.3.016.1+783.76

DOI 10.25726/e5602-4876-4095-e

EDN WELXQM

БАК 5.8.2. Теория и методика обучения и воспитания (по областям и уровням образования)
(педагогические науки)

OECD 05.03.HB. EDUCATION, SCIENTIFIC DISCIPLINES

Аннотация

Настоящая статья посвящена изучению традиций и современных трендов применения методики развития гибкости голоса сопрано. Данная тема представляется актуальной, поскольку вокальное искусство является важной частью музыкального наследия и культурного богатства. Исследование методик развития гибкости голоса сопрано помогает сохранить традиционные вокальные техники и интегрировать их в современную практику, обеспечивая тем самым преемственность и обновление культурных традиций с одной стороны, и эффективность реализуемых педагогических программ для вокалистов с другой стороны. Разработка методик, направленных на развитие гибкости голоса, способствует не только улучшению технических навыков исполнителей, но и предотвращению вокальных травм, а также сохранению здоровых голосовых связок на протяжении карьеры исполнителя. Целью проведенного исследования является анализ методики развития гибкости голоса сопрано с точки зрения современных трендов и традиций. Для достижения указанной цели были последовательно решены следующие задачи: определить понятие и сущность феномена гибкости голоса, проанализировать специфические особенности голоса сопрано, исследовать литературу на предмет традиционных методик развития гибкости голоса сопрано, провести анализ современной практики на предмет выявления инновационных методик развития гибкости голоса сопрано. Возможности практического применения представленных в статье результатов исследования связаны с конкретной практической деятельностью педагогов в сфере вокального образования (в том числе в области обучения академическому вокалу) в образовательных учреждениях различного типа.

Ключевые слова

сопрано, методика, обучения, гибкость голоса, развитие, традиции, инновации, тренды

Введение

В XIII–XIV веках с развитием полифонической музыки возникла необходимость разделения певческих голосов на тенор, сопрано и меццо-сопрано, позже добавился баритон. В XIV–XV веках хоровое искусство стало более сложным, требуя от певцов не только исполнения своей партии, но и взаимодействия с остальными участниками.

С появлением оперы в эпоху Возрождения (конец XVI – начало XVII веков) возникло сольное пение – итальянское *belcanto*, что привело к развитию вокальных техник и улучшению качества

исполнения. Особое внимание уделялось дыханию, атаке звука, диапазону и тембру. К XVIII веку меццо-сопрано ещё не было самостоятельным типом голоса, но к XIX веку музыкальное искусство приобрело зрелость, и женщины начали петь в оперных театрах.

Реформа оперного искусства, проведенная К.В. Глюком, усилила значение литературного содержания и драматического сюжета в музыке, что привело к исчезновению практики исполнения партиями мужчин-контртеноров и кастратов. В XIX веке произошёл прорыв в вокальной технике благодаря трудам Жильбера Луи Дюпра и Мануэля Гарсиа-младшего: они разработали «закрытую» манеру исполнения, расширившую диапазон и улучшившую вокальную технику. Главная идея Дюпра – использование верхнего регистра и смешанный регистр у мужчин. Он рекомендовал упражнения на закрытый гласный, контроль дыхания и расширение границ грудного звучания.

Мануэль Гарсиа-младший, значимый педагог XIX века, считал, что тренировка диафрагмы расширяет звуковую палитру певца. В XIX веке множество композиторов, таких как Россини, Доницетти и Беллини, создавали оперы с партиями для меццо-сопрано, что привело к увеличению количества высококлассных исполнителей этого типа голоса. В первую половину XIX века особенно выделялась Джудитта Паста, известная своими выразительными и драматическими интерпретациями ролей в операх Беллини и Доницетти. Её стиль исполнения изменил вокальную манеру и требовал глубокого понимания драматического контекста. Вслед за Пастой значимой фигурой стала Мария Маллибран, обладавшая широким диапазоном и выразительным тембром, исполнившая партии в известных операх Россини, Беллини и Доницетти, высоко оцениваемая за её вокальное и драматическое мастерство.

В XIX веке развитие жанра песни предоставило меццо-сопрано новые возможности и расширило горизонты для композиторов. В это время выделились три певицы, завоевавшие всемирную известность. Бенедетта Росмунда Пьянсара, несмотря на проблемы с голосом, поражала своим талантом и сложным репертуаром. Полина Виардо, сестра Марии Маллибран и дочь Мануэля Гарсиа-старшего, продолжила певческую династию. Виардо блистала в оперных партиях и внесла большой вклад в меццо-сопрано, проявив себя как певица, композитор, художник и лингвист. В 1839 году она дебютировала в роли Дездемоны и впоследствии исполнила партии в опере «Пророк». Певица Полина Виардо внесла значительный вклад в развитие меццо-сопрано, исполнив важные партии в операх, что укрепило статус меццо-сопрано как примадонны. Она имела широкий диапазон и проявляла харизму, но слишком частое пение в высоком регистре привело к завершению её карьеры в 40 лет. Марьетта Альбони, обладая красивым тембром и техникой, также добилась успеха и сохранила голос до 70 лет. Развитие меццо-сопрано стало важным эпохальным этапом, расширившим возможности и выразительность женских голосов в опере.

Материалы и методы исследования

Материалом для исследования послужили научные публикации по проблеме использования методик развития гибкости голоса сопрано. В качестве методов исследования использованы анализ, синтез, сравнение и абстрагирование.

Результаты и обсуждение

Голос образуется благодаря колебаниям голосовых связок в гортани, с высотой и силой голоса, определяемыми натяжением связок и давлением воздуха; правильное произношение требует координации губ, языка, мягкого неба и других органов, поэтому важную роль играют головной и грудной резонаторы, которые усиливают звук. В связи с этим педагог В.В. Емельянов предлагает использовать носовой резонатор для улучшения звучания, подчеркивая, что правильное дыхание важно для поддержания тембра и силы голоса, а также для вибрации связок: поддержание хорошего состояния голоса требует соблюдения правил гигиены, физического закаливания и избегания вредных привычек, в связи с этим рекомендуются упражнения для контроля дыхания и работы с резонаторами для улучшения вокальной техники (Емельянов, 2010).

Академический вокал применяется в опере и хоре и требует мастерства в контроле голоса и дыхания. Упражнения для высокой позиции включают разогрев, работу над диапазоном и внутреннюю

улыбку. Правильное дыхание является основой для обучения сопрано и требует от вокалиста постоянной практики (Бескоровайная, 2021). Ц. Чжан указывает на важность контроля дыхания и выбора правильной атаки звука при обучении вокалу сопрано. Разные типы атаки (мягкая и твердая) требуют различной техники дыхания и напряжения голосовых связок: если мягкая атака подходит для пения legato и украшений, требуя гибкости и свободного исполнения, то твердая атака помогает улучшить смыкание голосовых связок. Контроль дыхания включает вдох, задержку и выдох, и это важно для управления звуком и интонацией (Чжан, 2024). Вокалисты должны активно работать над развитием разных атак через упражнения, укрепляя навыки контроля дыхания и работы диафрагмы. Индивидуальный тембр голоса также зависит от анатомических особенностей и может изменяться под влиянием вокалиста и с учетом эмоциональной окраски для передачи глубины произведения. С этим утверждением соглашается Ц. Лу, который предлагает упражнения, направленные на развитие дыхательных техник (например, технику «железная рубашка», упражнения для укрепления дыхания и контроля энергии Ци). Эти техники помогают улучшить качество звучания и позволяют певцам успешно владеть сложными вокальными элементами, помогают разогреть вокальный аппарат, способствуют формированию правильного дыхания, что критически важно для исполнения сложных трелей и пассажей (Лу, 2024).

В процессе обучения вокалу сопрано акцент делается на использование экономного дыхания, что является основой правильной вокальной техники (Сунь, 2024). Для выразительного исполнения необходимо владение дыханием, динамикой звука и тембром, а также понимание структуры произведения. При этом вокалист должен сочетать технические навыки с художественной подачей и психологической подготовкой, поскольку нервозность и волнение могут нарушить выработанные навыки пения. С этими проблемами помогают справиться регулярные выступления, глубокая работа над сюжетом и вход в образ, так как они помогают исполнителю сосредоточиться на выступлении и отвлечься от внешних факторов.

Ключевую роль в формировании сильного и выразительного голоса, избегая повреждений связок, играет дыхание. Среди рекомендуемых упражнений для контроля дыхания можно перечислить дыхание на перо, удержание полиэтиленового пакетика в воздухе с помощью дыхания и упражнения с произношением звуков во время вдоха и выдоха. Звучание голоса происходит на медленном и плавном выдохе (Цзюньчин, 1989). Резонаторы в голосовом аппарате усиливают звук: грудное резонирование придает голосу мощь, а головное – выносливость. Тембр голоса бывает разным: у мужчин (тенор, баритон, бас) и у женщин (сопрано, меццо-сопрано, альт, контральто). Вокальная опора с использованием диафрагмы позволяет петь без напряжения связок.

Необходимо также отметить, что для правильной постановки голоса требуется регулярная тренировка: начиная с распевки в среднем диапазоне и специальных упражнений (полоскание горла, мычание, зевки и др.). Важна работа над гибкостью и выразительностью через звучание в различных диапазонах и интонациях. К примеру, так называемая вокальная улыбка формируется при исполнении некоторых звуков, например, звука «И», открывая зубы. Способ формирования звуков варьируется для разных категорий вокалистов. Сопрано и теноры часто используют вокальную улыбку для формирования всех гласных звуков, что сопровождается фиксированным положением губ. В отличие от них, басы, баритоны и меццо-сопрано чаще вытягивают губы вперед, не формируя улыбку и поддерживая подвижность губ. Каждая категория голосов имеет свои особенности формирования звуков, что связано с высотой певческого тона и техникой исполнения.

Кроме того, в пении существуют так называемые долгие звуки, когда вокалист тянет звук на длинном дыхании. При этом губы занимают фиксированное положение, что может снизить их подвижность, но улучшает силу и четкость звукообразования. Немецкая певица Лилли Леман подчеркивала важность контроля над артикуляцией и дикцией для достижения выразительности и красоты звука. Правильная работа с губами позволяет улучшить звучание голоса, так как они действуют как резонатор, придающий оттенок звуку (Хонь, 2006). Вокалистам рекомендуется уделять внимание тренировке губ, поскольку они играют ключевую роль в звукообразовании и могут оказывать постоянное влияние на звук. Тренировка помогает лучше управлять звукообразованием и дикцией. Немецкая певица

Лилли Леман подчеркивала значимость упражнений для губ, которые должны быть одновременно сильными и гибкими. Эффективное управление губами позволяет создавать выразительные звуковые нюансы и способствует красоте исполнения. Важно, чтобы вокалист контролировал силы своего голосового аппарата и овладевал навыками управления губами. Однако, обучение не должно мешать естественности и гармоничности, ведь успех зависит не только от таланта, но и от свободы и гармонии в выражении.

Вокальные исполнители часто используют вибрато для придания выразительности и украшения звучания. Однако неопытные вокалисты могут неправильно применять эту технику, что ведет к тремоляции – нежелательным колебаниям голоса. Правильное вибрато должно иметь определенную амплитуду и частоту, например, 6-7 колебаний в секунду, что воспринимается как гармонично. Вибрато чаще используют сопрано, так как этот эффект более естественен для высоких голосов (Цзюньчин, 1962). Тремоляция, напротив, воспринимается негативно и требует сознательного контроля и коррекции. Ее основными причинами является подражание другим вокалистам, ведущее к неестественным колебаниям голоса и эффекту «дрожания», который ошибочно воспринимается как красивый, некачественная координация работы голосовых связок и мышц пресса, поверхностное дыхание и отсутствие должного напряжения в диафрагме, смещение гортани вверх и ослабление шейных мышц, смещение глотки и отсутствие синхронности дыхательных импульсов, чрезмерное смещение диафрагмы вниз, приводящее к потере гибкости дыхания, нарушение баланса между напряжением и расслаблением мышц, чрезмерная активизация одних и расслабление других, излишнее напряжение частей тела, таких как ноги и плечи, влияющее на качество вокала.

Для устранения проблем с вокалом при развитии гибкости голоса сопрано, российские и китайские педагоги предлагают следующий комплекс упражнений:

1. Тренировка техники вдоха. Вокалист осуществляет глубокий вдох носом и ртом, при котором воздух должен достичь нижней части живота. Это требует синхронной работы носа, рта, глотки и диафрагмы.

2. Тренировка техники выдоха. Сильные выдохи, аналогичные выдохам при смехе.

3. Координация звуковоспроизведения и дыхания. Данное упражнение состоит из двух частей:

- сильный вздох с одновременным протягиванием звукосочетания «хм-м-м», концентрируясь на ощущениях и стремясь, чтобы звук проходил свободно через гортань.

- после отработки первой части, протягивать звукосочетание «хм-м-м» с подражанием плачу ребенка, варьируя исполнение одного звука или повторяющихся мотивов.

Эти упражнения помогают улучшить мышечную координацию и гибкость голоса сопрано, устранить дыхательный дисбаланс и нормализовать работу гортани, что способствует правильному выполнению вибрато и устранению тремоляции (Караблина, 2022).

После упражнений на отдельных звуках и небольших мотивах можно приступить к отработке вибрато на более объемных мелодиях – это помогает формировать разные элементы вокальной техники. Практика вибрато начинается с медленного исполнения мелодий, таких как «Разлука» и «Тоска по Родине». Звук должен напоминать глубокий вздох или плач; можно разделить мелодию на фрагменты и работать над вибрато на каждом звуке. После отработки техники переходят к ускоренному исполнению. Далее необходимо чередовать мычание с пропеванием или переходить к пению гласных (а, о, э, и, у). Этот комплекс упражнений помогает развить технику вибрато и избавиться от голосовой тремоляции (Я, 2023).

Заключение

Итак, современные педагоги активно используют как классические техники вокала, так и инновационные подходы, адаптированные под современные требования и технологии, включая использование специализированных программ и приложений для анализа голоса. Эффективная работа с дыханием остаётся основополагающим элементом, который помогает увеличить контроль и

стабильность при пении. Тренировки дыхания способствуют правильному формированию звука и развитию выносливости.

Кроме того, необходимо уделять внимание уникальным особенностям каждого вокалиста, а методика развития гибкости голоса должна быть адаптирована под физиологические и психологические характеристики конкретного ученика. Современные методики развития гибкости голоса сопрано включают упражнения для контроля и разнообразия вибрата, что важно для эмоциональной выразительности и технической уверенности в исполнении. Гибкость голоса тесно связана с общим состоянием тела. Применение физических упражнений, йоги, и техник расслабления может способствовать улучшению вокальной гибкости.

На этом основании сделан следующий вывод: развитие гибкости голоса сопрано требует комплексного подхода, сочетающего традиционные педагогические практики с инновациями и персонализированными упражнениями.

Список литературы

1. Бескоровайная Н.С. Использование методических рекомендаций М.И. Глинки при обучении академическому вокалу студентов специальности «Музыкальное образование» – учитель музыки // Актуальные вопросы и перспективы развития науки, техники и технологии: мат. Межд. науч.-прак. конф. (26 марта, Казань). Казань, 2021. С. 113-118.
2. Емельянов В.В. Развитие голоса. Координация и тренинг. СПб.: Лань; Планета музыки, 2010. 191 с.
3. Караблина С.И. Работа над звукообразованием гласных у вокалиста // Актуальные проблемы и современные тренды науки, культуры, искусства в творческом образовании: мат. Межд. науч.-прак. конф. (13 апреля, Москва). М.: Ин-т культуры и искусств Московского государственного педагогического университета, 2022. С. 89-95.
4. Линь Цзюньчин. Методология вокального исполнительства. Основание науки о звуках в пении. Шанхай: Музыка, 1962. 90 с.
5. Линь Цзюньчин. Причины возникновения проблем в вокальном исполнительстве и способы их исправления. Пекин: Жэньминь, 1989. 88 с.
6. Лу Ц. Совершенствование голоса в рамках обучения вокалу // Педагогическое образование. 2024. Т. 5. №3. С. 26-32.
7. Сунь Юэ. Методика обучения академическому пению // Современная наука: актуальные вопросы, достижения и инновации: сб. ст. XXXVI Международной научно-практической конференции (15 марта, Пенза). Пенза: МЦНС «Наука и Просвещение». С. 155-163.
8. Ху Я. История развития меццо-сопрано // Российское национальное музыкальное образование в прошлом, настоящем и будущем: историко-теоретические и методические аспекты: сб. ст. Межд. науч.-прак. конф. М.: Ин-т изящных искусств МГПУ, 2023. С. 49-58.
9. Чжан Ц. Контроль дыхания при обучении вокалу сопрано // Управление образованием: теория и практика. 2024. №3-2. С. 196-201.
10. Чю Гэ, Дан Хонь. Знания о вокале. Хэнань: Искусство, 2006. 67 с.

Methods of developing the flexibility of the soprano voice: modern trends and traditions

Lu Wanzhu

Independent researcher

St. Petersburg State Conservatory named after N.A. Rimsky Korsakov

St. Petersburg, Russia

Lu_Wanzhu@conserv@mail.ru

ORCID 0000-0000-0000-0000

Received 01.07.2024

Accepted 21.08.2024

Published 15.09.2024

UDC 783.3.016.1+783.76

DOI 10.25726/e5602-4876-4095-e

EDN WELXQM

VAK 5.8.2. Theory and methodology of teaching and upbringing (by fields and levels of education) (pedagogical sciences)

OECD 05.03.HB. EDUCATION, SCIENTIFIC DISCIPLINES

Abstract

This article is devoted to the study of traditions and modern trends in the application of the technique of developing the flexibility of the soprano voice. This topic seems relevant because vocal art is an important part of musical heritage and cultural wealth. The study of methods for developing the flexibility of the soprano voice helps to preserve traditional vocal techniques and integrate them into modern practice, thereby ensuring continuity and renewal of cultural traditions on the one hand, and the effectiveness of implemented pedagogical programs for vocalists on the other hand. The development of techniques aimed at developing the flexibility of the voice contributes not only to improving the technical skills of performers, but also to preventing vocal injuries, as well as maintaining healthy vocal cords throughout the performer's career. The purpose of the study is to analyze the methodology of developing the flexibility of the soprano voice from the point of view of modern trends and traditions. To achieve this goal, the following tasks were consistently solved: to define the concept and essence of the phenomenon of voice flexibility, to analyze the specific features of the soprano voice, to study the literature on traditional methods of developing the flexibility of the soprano voice, to analyze modern practice in order to identify innovative methods for developing the flexibility of the soprano voice. The possibilities of practical application of the research results presented in the article are related to the specific practical activities of teachers in the field of vocal education (including in the field of academic vocal training) in educational institutions of various types.

Keywords

soprano, methodology, teaching, flexibility of voice, development, traditions, innovations, trends/

References

1. Beskorovaynaya N.S. The use of methodological recommendations by M.I. Glinka in teaching academic vocals to students of the specialty «Musical education – music teacher» // Topical issues and prospects for the development of science, technology and technology: mat. of the Inter. scien. and prac. conf. (Mar. 26th, Kazan). Kazan, 2021. pp. 113-118.
2. Yemelyanov V.V. Voice development. Coordination and training. Spb.: Lan; Planet of Music, 2010. 191 p.
3. Karablina S.I. Work on the vocalist's vowel formation // Current problems and modern trends in science, culture, and art in creative education: mat. International Scientific and Practical Conference (Apr. 13, Moscow). M.: Institute of Culture and Arts of Moscow State Pedagogical University, 2022.
4. Lin Junching. The methodology of vocal performance. The foundation of the science of sounds in singing. Shanghai: Music, 1962. 90 p.
5. Lin Junching. The causes of problems in vocal performance and ways to fix them. Beijing: Renmin, 1989. 88 p.
6. Lu Ts. Voice improvement as part of vocal training // Pedagogical education. 2024. Vol. 5. № 3. pp. 26-32.

7. Sun Yue. Methods of teaching academic singing // Modern science: current issues, achievements and innovations: coll-n of the XXXVI Inter. scien. and prac. conf. (Mar.15, Penza). Penza: MCNS «Science and Education», 2024. pp. 155-163.
8. Hu Ya. The history of the development of the mezzo-soprano // Russian national musical education in the past, present and future: historical, theoretical and methodological aspects: coll-n of works of the Inter. scien. and prac. conf. (Dec. 19-th, Moscow). M.: Institute of Fine Arts of of the Moscow State Pedagogical University, 2023. pp. 49-58.
9. Zhang Ts. Breath control in soprano vocal training // Education management: theory and practice. 2024. № 3-2. pp. 196-201.
10. Chiu Ge, Dan Hong. Knowledge about vocals. Henan: Art, 2006. 67 p.