|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |

**М. В. Статкевич**

**Гигиена голоса.**

**«Освоение приёмов пения в джазовой стилистике»**

**Учебное пособие**

**Для вокального коллектива.**

**Содержание**

1. Вступление 3
2. Основы джазового вокала 4
3. Элементарная теория музыки, без которого нет практики джаза 7
   1. Словарь джазовых терминов 7
4. Основные моменты в работе над развитием голоса 9
5. Возвращение к голосу 10
6. Средства музыкальной выразительности 12
   1. Способы звукоизвлечения 12
   2. Способы интонирования 13
   3. Орнаментика 14
7. Скет 15
8. Причина формирования зажима и путь избавления от него 17
9. Нотное приложение 20

**1. 1 Вступление**

В последнее время интерес к джазовому исполнительству увеличивается. Джаз это вершина вокального мастерства. Основа джаза это импровизация, а для будущих актёров это весьма нужное умение. В этом пособии будут описаны начальные приёмы джазовой стилистики, что расширяет исполнительские возможности, позволит включать в свой репертуар джазовые стандарты. С помощью этого пособия вы узнаете из чего складывается репертуар джазового исполнителя, освоите некоторые приёмы исполнения и закономерности интерпретации джазового стандарта, и познакомитесь с некоторыми упражнениями из методики постановки,развития и коррекции певческого голоса.

Пособие основано на методики постановки, развития и коррекции певческого голоса «Возвращение к голосу» Ариадны Карягиной.

Искусство джазового вокала складывается из нескольких важных составляющих, которыми необходимо овладеть начинающему исполнителю. Перечислю самые основные:

* Певец, в идеале должен виртуозно управлять своим голосом, а это предполагает владение вокальной техникой;
* Как и инструменталист, он должен быть инструментально грамотным;
* Помогут восвоении навыки сценического мастерства.

Хотя на начальном этапе может и не быть сценического опыта, без остальных составляющих не обойтись, потому что самое главное для джазового исполнителя– владение стилистикой музыкального языка джаза.

Овладение мастерством джаза предполагает огромную любовь и увлечённость им. Требуется обязательный ежедневный труд и даже определённый аскетизм по отношению к другим жанрам.

И даже если вы поначалу не готовы к такой «напряжённой» работе, начинайте делать первые шаги, а первые результаты, которые появятся, порадуют вас и принесут вам много приятных мгновений. Освоение элементов джазовой вокальной техники расширит ваши исполнительские возможности, в каком бы стиле вы не работали.

**3. Основы джазового вокала**

Человеческий голос обладает огромными выразительными возможностями. Он, пожалуй, самый удивительный инструмент на свете. Сначала был ГОЛОС, и только потом люди научились изготавливать первые музыкальные инструменты, играя на которых можно было подражать ГОЛОСУ. Так они и идут вместе – голос певца и звук инструмента. Иногда они подражают друг другу, иногда соревнуются друг с другом, но всегда поддерживают и обогащают друг друга.

Это высказывание относится к эволюции всего музыкального искусства, но в большей степени оно подходит к джазу.

Истоками джаза явились музыкальные жанры, бытовавшие в среде афроамериканцев в конце ХIХ в. в США. В первую очередь это ***блюз, спиричуэл, ворк-сонг, баллада, рэгтайм.*** Можно назвать музыку менестрельного театра, хотя он в большой степени повлиял на становление американского музыкального шоу.Среди вышеперечисленных жанров только рэг- тайм является инструментальным. Остальные жанры – вокальные.

Когда в 1919году джаз был «вывезен» в Европу, он завладел сердцами музыкантов и слушателей Старого Света. Остановить распространение джаза было невозможно. Возникнув в среде афроамериканцев, джаз быстро стал интернациональным. К настоящему моменту джазовое искусство прошло очень насыщенный музыкальными событиями путь, и постепенно стиралась грань между «черной» и «белой» музыкой. Исполнительская техника достигла такого уровня, что отличить игру «белого» музыканта от «черного» практически невозможно.

Но есть имена, которые можно считать классикой джазовой музыки:

***Беси Смит, Махелия Джексон, Луи Армстронг, Билли Холидей, Бинг Кросби, Френк Синатра, Элла Фитцджеральд, Сара Воан, Анита О Дей, Мел Торме, Дайана Шур, Пэгги Ли, Дайана Ривз, Бобби МакФеррин, Кассандра Вильсон, Трио Лэмберт, Хендрикс и Росс; Манхеттен Трансфер, ТэйкСикс, Нью-Йорк Войсес.***

Для того чтобы исполнять джаз, нужно полюбить эту музыку и «заболеть» ею. Можно сказать иначе: если вы «заболели» джазом, вам обязательно хочется принять участие в джазовоммузицировании.

А начинается всё с погружения в мир джазовой музыки.

Условно разделим этот процесс на несколько сфер деятельности:  
1)слушание музыки;  
2)собственные первые шаги в качестве джазового музыканта;  
3)получение историко-теоретической информации.

**Слушание музыки.** Покупайте или берите у друзей аудиозаписи джазовых исполнителей: как вокалистов, так и инструменталистов. Это обязательно. Смотрите концерты звезд джаза на DVD и ходите на концерты. Пользуйтесь интернетом.

Итак, слушайте, слушайте, слушайте! Слушайте выдающихся певцов и инструменталистов. Слушайте целиком их альбомы, концерты – именно альбомы и концерты. Запоминайте имена исполнителей, по возможности – названия альбомов, годы записи. Интересуйтесь, кто из музыкантов принимал участие в записи, - такая информация есть в большинстве буклетов к компакт-дискам. И тогда вы уж точно не станете героем следующей истории.

**Собственные первые шаги в качестве джазового музыканта.** Подпевайте, пробуйте подражать, копировать. Это будет этап интуитивного накопления информации, он очень важен для вашего деятельного развития. И он, на мой взгляд, должен ненамного, но опережать получение информации теоретической.

**Третья составляющая – историческо-теоретическая.** Читайте книги об истории джаза, о выдающихся исполнителях. Русскоязычной литературы сейчас достаточно. И хотя она разная по своему содержанию, с помощью нее вам станет легче ориентироваться в том море музыки, которое называется джазом. Вам будут встречаться новые для вас имена музыкантов, названия стилей, джазовые термины. Что-то удастся запомнить сразу, а на что-то вы сначала не обратите никакого внимания. Главное, не относитесь к чтению таких книг как к подготовке к экзаменам. Пусть новая информация запоминается спонтанно. Позже на этой основе любую историческую и теоретическую информацию вам будет гораздо легче воспринимать и осваивать.

Если вы собираетесь исполнять джаз, требования к вашей музыкальной подготовке увеличиваются. Хорошо, если вы закончили музыкальную школу и владеете фортепиано. Без дружбы с этим инструментом вам не обойтись. Также вам будет необходимо познакомится с азами джазовой гармонии.  
Пригодятся вам и навыки сценического мастерства и работы с микрофоном.  
Будьте готовы к тому, что петь вам придется на английском языке, уровень владения которым предполагает знакомство хотя бы с английской фонетикой. Кстати, скэт базируется именно на ней. Также вы должны хорошо понимать содержание песни, которую вы собираетесь исполнять. Без этого вам трудно будет работать не только над фразировкой, но и над интерпретацией в целом.

Я не ошибусь, если скажу, что практически любой человек, чутко воспринимающий музыку, отличит звучание джаза от какого – либо другого музыкального направления. Дело в том, что в джазовой музыке такие средства выразительности, как метро-ритм, мелодика, гармония, очень специфичны. Мы распознаём джаз и по манере звукоизвлечения, по фразировке, артикуляции.

Все знают, что джаз не существует без импровизации. Под импровизацией понимают создание музыкального произведения на глазах, а лучше сказать, в присутствии слушателей. Говорят ещё о «сиюминутности» и спонтанности процесса импровизации. Импровизатор – он и исполнитель, и композитор. Музыканты говорят: импровизация – высшая форма композиции. Джазовый музыкант – автор-исполнитель, музыка которого возникает прямо на концерте.

**3. Элементарная теория музыки,**

**без которой нет практики джаза**

Все-таки, зачем нужны «сложные вещи» - термины, сальфеджио, гармония? Дело в том, что без развития звуковысотного и гармонического слуха вам трудно совершенствовать свои навыки в джазовом интонировании и в импровизации. Поэтому, если вы владеете фортепиано, поиграйте цифровки тех стандартов, которые собираетесь исполнять.

При этом имейте в виду следующее:

* В джазе «наименьшей» единицей аккорда является септаккорд, т.е. если написано С, то играть следует большой мажорный септаккорд от ноты *до*: (пример №1)
* Существует несколько систем записи цифровок; общим для них является буквенное обозначение основного тона аккорда (функционального баса):

С – *до,* D – *ре,* Е – *ми,* F – фа, G – *соль,* А – *ля,* В – *си*

Во всех этих системах одинаково обозначается басовый звук аккорда.

А вот и записи структуры аккордов и его наклонений – мажор или минор – вам могут встретиться варианты, показанные в таблице для аккордов от баса *до* (пример №2).

**4.1.Словарь джазовых терминов**

**Рифф –** многократно повторяемого (3 раза и более) 1-,2- или4 – тактовое мелодическое или ритмическое построение, а также многократно повторяемая гармоническая последовательность.

**Стоп-тайм –** (перерыв, остановка) внезапная остановка звучания с последующим после паузы возобновлением звучания. Исполняется всеми участниками ансамбля или оркестра.

**Цифровка-** символическая, буквенно-цифровая система записи аккордов.

**Комбо –** в джазе небольшой ансамбль, состоящий изритм-секции и нескольких солистов.

**Биг-бенд** - (большой оркестр) в джазе большой оркестр, состоящий из нескольких групп инструментов: ритм-секции, секции медных, секции саксофонов. Также в состав биг-бенда могут быть включены группы деревянных духовых и струнных инструментов.

Звучала музыка, и вы непроизвольно стали двигаться с ней в такт.Это могут быть микродвижения кистями рук, ногами, плечами, покачивания корпусом… Вы включились в «ритмическую игру», называемую в джазе свингом. Свинговать – это раскачиваться. Свинг – это синкопирование. Свинг – триольная пульсация.

**Свингование –** это определенное ощущение времени в джазе, где мы имеем дело не только с исполнением нужной ноты конкретное время, но и с тем, как это время переживается и заполняется вами между звуками.

Кстати, под словом «свинг» понимают не только своеобразный тип метро-ритмической пульсации, основанный на опережающих или запаздывающих микроотключениях от основного пульса – граунд-бита в джазе, но так-же:

1.Период в истории развития джаза;

2.Стиль оркестрового джаза.

Итак, в основе активного переживания чувства свинга лежит осознанное ощущение метро-ритма в теле.

Ещё одна форма, которую вы встретите в джазе, это 12- тактовый **блюз.** Имеется в виду не блюз как самостоятельный жанр, а блюз как построение, используемое в джазе. Где основной является гармоническая схема ТТТТ7 – SSTT – DSTT. Напоминаю, что Т – тоническое трезвучие, S – субдоминантовое трезвучие, D – доминантовое трезвучие.

**Фразировка –** членение мелодической линии на фразы. Фразировка проявляется только в процессе живого исполнения. Выразительные элементы джазовой фразировки – паузы, цезуры, взятие дыхания.

**Граунд- бит** – (основная пульсация) , или, сокращённо, бит (пульсация) – метрическая пульсация. Является временной базой, на основе которой солист может:

1. Изменять ритмические рисунки в мелодической линии песни;

2.Начинать фразу раньше или позже наступления «контрольной» точки.

**Контрольная точка**–время начала фразы или определённого звука.

**4.Основные моменты в работе**

**над развитием голоса**

Развитие вокально-певческих навыков исполнителя любого направления, в том числе и джазового, предполагает:

1. Работу над постановкой голоса;
2. Освоение специфических способов и приёмов, использующихся в данной стилистике.

Под постановкой голоса понимается процесс развития певческого голоса и выработка в нём качеств, необходимых для дальнейшей профессиональной работы в каком- либо жанре вокального искусства.

В каждом человеке от рождения заложены огромные возможности. И уже давно доказано, что петь может каждый. Точнее, любой, кто не имеет патологий в органах голосообразования. Почему же так мало людей с «природной» постановкой голоса?

У каждого младенца голосовой аппарат работает эффективнее, чем у взрослого. Вспомните себя в детском возрасте. И уже тогда в голосе были требовательные и плачущие, радостные и удивлённые интонации.

Все дети рождаются со способностью кричать, визжать, смеяться, умеют они и баловаться голосом, т. е. кривляться. В процессе взросления эти голосовые проявления постепенно куда-то исчезают, ребёнок становится более стеснительным.

Желание петь – это изначально позитивная энергия, её истоки находятся в любви к пению. Именно они лежат в основе потребности и интереса в совершенствовании и постижении певцом профессии. А использование природных механизмов работы голоса помогает раскрытию его голосовой органики и приводит к долгой и успешной сценической карьере.

**5. Возвращение к голосу**

Сейчас я предлагаю вам несколько упражнений из методики Ариадны Карягиной «Возвращение к голосу», выполнение которых поможет вам почувствовать те голосовые механизмы, с которыми человек рождается. Эти механизмы действуют и в певческом голосе. Если мы в управлении голосом используем эти механизмы, то петь становится намного легче. Под механизмом подразумевается системная, т. е. функциональная работа всего аппарата.

Цикл упражнений предназначен как для начинающих, так и для тех, кто продолжает заниматься эстрадно-джазовым пением. Рекомендую осваивать и выполнять эти упражнения последовательно.

***Упражнение 1.*** Всё начинается со вдоха. Начинающим я рекомендую выполнять вдох, без рывка и задержки, - мышцы-вдыхатели должны привыкнуть к гибкой и пластичной работе. Вдох лучше делать смешанный: и носом и чуть приоткрытым ртом. Следите за тем, чтобы плечи во время вдоха не поднимались.

***Упражнение 2.*** Отработка выдоха-импульса. «КШ». Представьте, что вам дорогу перебегает чёрная кошка. Или другая ситуация: к вам в огород прилетели вороны и стали клевать только что посеянные зёрна. «кажите» им «КШ». Добейтесь того, чтобы ваш выдох «долетел» до них. В момент выдоха-импульса следите за тем, чтобы плечи и шея не напрягались. Выполняйте эти упражнения под метроном.

***Упражнение 3.*** Отработайте под метрономом сочетание звуков «КШ-Ч». Следите за тем, чтобы ощущения, возникшие в мышцах дыхательной опоры на звуке «КШ», сохранялись на звуке «Ч».

***Упражнение 4.*** Отработайте сочетание звуков «КШ-ХЬ».

***Упражнение 5.*** «КШ-С».

***Упражнение 6.*** «КШ-Ф».

***Упражнение 7.*** Выполните всю последовательность звуков «КШ-Ч-ХЬ-С-Ф» под метроном. Следите за тем, чтобы выдох на каждом из этих звуков выполнялся с одинаковым усилием, громкостью и энергией.

(При выполнении дыхательных упражнений по причине гипервентиляции возможно лёгкое головокружение.Пугаться этого не следует, просто во время выполнения этих упражнений чаще делайте паузы и отдыхайте.)

***Упражнение 8.***Чередование выдоха «КШ» и звука, который получается при вибрации губами. Запомните ощущение, которое возникают в дыхательной опоре на звуке «КШ», и сохраняйте их на последующем звуке.

***Упражнение 9.*** Выполнение звука с вибрацией губами.

***Упражнение 10.*** Проговорите слог «ДУК», ка в слове «СУНДУК». Теперь соедините слог «ДУК» и вибрацию губами. Сохраняйте «близкую» позицию звука, не уводите его с ротового резонатора.

***Упражнение 11***. Проговорите слоговую последовательность «ДУК-ДЭК-ДАК». Выполняйте это упражнение с громкостью спокойного разговорного голоса. ***Упражнение 12.*** Глиссандо на звуке «А» в последовательности «ДУК-ДЭК-ДА». Сохраняйте звук «близким», следите за тем, чтобы нижняя челюсть была свободной.

***Упражнение 13.*** Проговорите слово «ПИТЬ» и «ВИТЬ». Добейтесь одинакового отрезонированного звучания на этих словах. Потом выполните упражнение «ПИТЬ-ВИТЬ-ПИТЬ». Берите небольшой вдох перед каждым звуком. Следите за тем, чтобы слово «ПИТЬ» не превращалось в «ПЕТЬ» и «ПИЦЦА».

***Упражнение 14.*** Выполните свободный выдох «облегчением» на звуке «А». Теперь на основе этого выдоха спойте «АЙ-ЯЙ-ЯЙ».

**6. Средства музыкальной выразительности**

Тембр голоса каждого певца индивидуален. Если к этому прибавить разнообразие вокальных приёмов, использующихся в джазовом пении, то получится, что каждый певец имеет в своём распоряжении огромный арсенал выразительных средств. О них и пойдёт речь.

**6.1 Способы звукоизвлечения**

***Субтон-*** Продуцирование звука, при котором только часть дыхательной струи превращается в отрезонированный звук. Субтон не стоит путать с придыханием, при котором выдох начинается раньше смыкания голосовых складок (так называемая придыхательная атака). Использование субтона придаёт голосу мягкость, интимность.

***Граул***(рычание) – в современной музыке, в том числе джазе, специфический приём, с помощью которого вокалисты и инструменталисты (духовики) добиваются эффекта хриплого рычания. В джазовом вокале чаще всех граул использовался, Луи Армстронгом и Эллой Фитцджеральд. Выразительность этого приёма проявляется тогда, когда он используется на отдельных звуках или отдельных коротких интонациях.

***Вибрато***(колебание) – неотъемлемое качество поставленного певческого голоса. С физиологической точки зрения является проявлением защитной функции гортани от голосового утомления. В процессе занятий пением развивается и природное вибрато, и так называемое стилевое вибрато. Многие джазовые певцы пользуются стилевым вибрато, т.е. искусственно усиливают вибрато на некоторых звуках. В джазе наиболее распространенно применение стилевого вибрато примерно в последней трети длительности звучания ноты.

***Филировка***(тянуть звук)-изменение динамики звука на выдержанном тоне одной высоты, например, от ***p***к***f***и обратно к ***p.*** Филировка является показателем свободного владения вокальной техникой. Используя филировку, можно выразительно «рисовать» звуком голоса или инструмента.

**7.2. Способы интонирования  
Блюзовое интонирование** (блюзовые тоны)- в афроамериканском фольклоре и джазе специфическое, в отличие от темперированного строя европейской музыки, интонирование некоторых ступеней лада. Чаще всего III, VII, и Vступеней. Практика нотации подобного интонирования привела к тому, что блюзовый лад стали называть ладом с минорными терцией и низкой септимой. На самом деле блюзовое интонирование не предполагает точную темперацию. Блюзовое интонирование используется не только при исполнении блюзов, но и при исполнении джазовых стандартов.

**Бендинг**(сгибаться)- «подъезд» к ноте, который по сути является портаменто от одного звука к другому, выполненным в узком звуковысотном диапазоне (тон или полутон). В инструментальном исполнительстве термин «бендинг» означает звуковысотную подтяжку к ноте.

**Дёрти-тоны**(нечистые тоны)- один из специфических приемов интонирования и подачи звука. Истоки дёрти-тонов находятся в афроамериканском фольклоре. Отличаются нестабильной «пестрой» окраской звуков в пределах одного регистра, сильной динамикой, гипертрофированным вибрато.

**Глиссандо**(скользить)- равномерное скольжение от одного звука к другому. Обозначается волнистой линией или чертой. Глиссандо отличается от портаменто.

***Портаменто***(переносить голос)- исполнительский прием, заключающийся, как и глиссандо, в скольжении от одного звука к другому, но в портаменто такое скольжение неравномерно заполняет звуковысотное пространство и похожее на «подъезд» к ноте. В отличие от глиссандо, портаменто не указывается композитором в нотном тексте, предоставляется на усмотрение исполнителя, а также определяется звуковым эталоном конкретного стиля.

**6.3 Орнаментика**

**Орнаментика** – способы украшения мелодии дополнительными мелодическими фигурами. Использование орнаментики предоставляет исполнителю возможность импровизировать с основной мелодической линией произведения.

**Мелизмы**(песнь, мелодия) – наиболее часто употребляемые виды орнаментики. В европейской академической музыке каждый вид мелизма имеет определенное обозначение.

К мелизмам относятся различные вокальные украшения, исполняемые на один слог текста, - распевы, а также мелодические украшения, такие как форшлаг, группетто, мордент, трель.

**Форшлаг** – вспомогательный звук или несколько звуков перед основным, украшаемым звуком (пример№ 3).

**Группетто** – мелодическое украшение, состоящее из 4 или 5 звуков – основного звука и вспомогательных (пример №4).

**Мордент** – мелодическое украшение, состоящее из трех звуков – основного, верхнего или нижнего вспомогательного, основного (пример №5).

**Трель** – мелодическое украшение, состоящее из двух быстро чередующихся между собой звуков, основного и верхнего вспомогательного. Верхний вспомогательный звук находится от основного на расстоянии полутона или тона (пример №6).

Как правило, в транскрипциях джазовых стандартов обозначения мелизмов не употребляются. Они записываются нотами полностью, т.е.так, как исполняются. Имейте в виду эту особенность, когда записываете нотами «снятые» версии.

В примере №7вы видите несколько вариантов одной и той же 8-тактовой фразы из темы «*IWithYouLove»* (CharlesTrenet) с использованием орнаментики.

Использование певцом орнаментики придает джазовой теме индивидуальное звучание. Но, в отличии от ритмических и звуковысотных изменений в джазовом стандарте относительно первоисточника, в данном случае звуковысотный контур темы не изменяется – он остается узнаваемым.

**7.Скэт**

В среде начинающих вокалистов существует мнение, что джазовый вокал начинается с пения скэтом. Из этого следует: «если вы не поете скэтом – вы не поете джаз». На самом деле владение этим приемом предполагает огромную подготовительную работу, и начинать обучение джазовому вокалу с освоения этой техники по меньшей мере нецелесообразно.

Скэт в джазе – это прием пения, которым исполняется в первую очередь импровизация вокалиста. В ней мелодическая линия поется слогами, не несущими вербального смысла.

В джазе инструментальное начало тесно спелось с вокальным, и такое взаимообращение повлияло на стремительное развитие разнообразных приемов джазового звукоизвлечения. С первых шагов появления джаза трубачи саксофонисты, тромбонисты и кларнетисты «задышали» и «запели» на своих инструментах подобно исполнителям блюзов и спиричуэлов. Их игра стала отличатся особой выразительностью. Певцы тоже подрожали своим коллегам по цеху и переносили на голос их наиболее яркие приемы игры. Так появился скэт как один из способов имитировать голосом игру на музыкальных инструментах.

Работа над скэтом неотделима от работы над импровизацией. Музыканты говорят: импровизация – это высшая форма композиции. Исходя из этого утверждения, любая импровизация должна заранее подготавливаться. Как и композиция, интересная импровизация – это не набор случайных звуков. Это логически выстроенная музыкальная линия. В ней есть начало, развитие, кульминация и заключение.

Для того чтобы овладеть вокальной импровизацией и техникой скэта, необходимо много слушать анализировать не только импровизации вокалистов, но и инструментальные импровизации соло. Освоение языка джаза требует целеустремленности, упорства и времени.

Скэт – это разговор со слушателем на невербальном языке. Поэтому скэт Эллы Фитцджеральд отличен от скэта Сары Воан или Аниты О,Дэй. А скэт Бобби Макферрина – от скэта Мела Торме. Как в разговоре, так и в музыкальной речи язык складывается не только из слов(в скэте «слова» - это слоги), но из многих других средств музыкальной и эмоциональной выразительности: тембра, способа звукоизвлечения, динамики и насыщенности звука, пауз, дыхания и пр. Когда снимаете чье-либо соло, обращайте внимание на эти характеристики звучания.

Вот некоторые закономерности, которые желательно учитывать с самого начала освоения техники скэта:

1)в выборе и в произношении слогов опирайтесь на фонетическую базу английского языка;

2)чаще используйте переднеязычные и губные согласные, чередуя их;

3)представьте, с какой артикуляцией сыграл бы ваше соло инструменталист, и используйте открытые или закрытые слоги в зависимости от фразировки, которую «озвучиваете».

Открытый слог заканчивается на гласную, закрытый – на согласную.  
Еще раз хочу обратить ваше внимание на то, что скэт – это не просто пение на слоги. Это вокальная импровизация, построенная по тем же законам джазовой стилистики, что и импровизация инструменталиста.

**Упражнения.** При работе над скэтом в вашем распоряжении находится огромное разнообразие слогов и их сочетаний, но начинать следует с отроботки каких-либо конкретных артикуляционно-слоговых формул. Отработав одну из них, переходите к другой. Постепенно вам захочется варьировать их, внося в них еле уловимые изменения, чередовать их друг с другом. Это как в езде на автомобиле: сначала вы задумываетесь, в какой момент нужно переключить передачу, потом, с приобретением опыта езды, вы переключаете передачу автоматически в нужный момент.

Упражнение 1. Проговорите следующие слоговые сочетания в удобном для вас темпе, обращая внимание на «произношение»:

а)dwee-doo-dee-doo-dee-doo-dup

dwee-doo-dee-dn-dee-dn-dup

б)dee-dlyu-dup-dee-dlya-dup

в)dwee-doo-dee-dn-dee-dlya-dup

Упражнение 2. Проговорите данными слогами конкретные ритмические рисунки (пример№8).

Упражнение 3. Подставьте имеющиеся в вашем распоряжении слоговые сочетания к данным фразам (возможные варианты в примере№9)

Техника скэта в джазовом вокале тесно связана с использованием импровизационного соло. Проделав данные упражнения, вы отрабатывали лишь слоговое пение. Но другой стороны скэта – импровизации, мы пока не касались. Это – отдельная работа, заниматься которой вам предстоит чуть позже.

**8. Причина формирования зажима**

**и пути избавления от него**

Как возникают психологические и мышечные зажимы у певцов? Как распознать, с какого рода зажимом вы имеете дело?

Несомненно, любая профессиональная деятельность связана с закреплением и развитием определённых навыков. Но в большинстве профессий эти навыки не требуют развитиятаких сложных нейромышечных и психоэмоциональных механизмов и связей, как у актёров и музыкантов. У певцов же дело обстоит на порядок сложнее.

Давайте поговорим о том, как такие зажимы проявляются в условиях публичных выступлений, но прежде разделим их на группы. Предложенное разделение весьма условное, как и любая классификация, описывающая человеческое поведение. Но она обобщает многообразие проявлений зажимов, а потом помогает сориентироваться в уровне трудностей, которые могут возникнуть пи желании от них избавиться.

В нашу классификацию войдут как наблюдаемые, такт и не наблюдаемые со стороны зажимы. Не наблюдаемые они, например, для педагога, но самим поющим они ощущаются, поэтому игнорировать их нельзя.

Итак, первая группа, назовём её ***«вегето-сосудистыми» проявлениями*** , состоит из следующих наблюдаемых и не наблюдаемых проявлений:

* Покраснение и побледнение лица;
* Усиление потовыделения;
* Увеличение слюновыделения;
* Сухость во рту;
* Холодные руки;
* «медвежья болезнь» и пр.

Вторая группа –***мышечные проявления:*** дрожь, напряжение каких-либо частей тела, например:

* Поднятые плечи;
* Задранный подбородок
* Зажатая челюсть
* Напряжение в области шеи и затылка;
* Сдерживание дыхания»
* Изменение пластики тела, взгляда, мимики и пр.

Третья группа–***сенсорные проявления,*** они существуют на уровне ощущений. По большей части – не наблюдаемые:

* Изменения самосознания – «забыл себя», «потерял контроль»;
* Изменения ощущений времени – ускорение, «выпадение»и пр.;
* Рассеянное внимание – «Забыл текст» и т. д.
* Изменения ощущений пространства – например, сцена кажется намного больше, чем она есть на самом деле.

Четвёртая группа состоит из ***изменений звучания голоса*** по принципу «где тонко, там и рвётся»:

* Снятие с дыхания;
* Звук криклив или «завален»;
* Нарушения в звучании регистров, в первую очередь переходного;
* Провален нижний регистра или возникают трудности с верхами;
* Вялая артикуляция;
* Жесткая атака звука и т. д.

Певческие зажимы всегда сопровождаются телесными, в том числе голосовыми, изменениями и проявляются в стрессовой ситуации, например на концерте или в классе в присутствии других учеников.

Формирование зажимов у певцов происходит следующим образом.

1. Как у любой личности, независимо от профессиональной и социальной принадлежности. Эти зажимы – следствие неэффективных способов реагирования на окружающую среду и обстоятельства, которые мы проявляем не только на сцене, но и в своей повседневной жизни.
2. В процессе длительного бессистемного обучения.Итальянци говорят: лучше учиться у одного плохого педагога, чем у двух хороших… В процессе любого бессистемного обучения ученик перестаёт ориентироваться в требованиях педагога. Певцы с наиболее хрупкой психологической организацией «бессистемную» работу с собственным голосом переносят очень болезненно. Известны случаи возникновения неврозов по данной причине.
3. В случаях,когда постановка голоса заключается в подражании голосу педагога или выбранного эталона. Конечно, на первом этапе освоения стиля новичку не обойтись без подражания и копирования. В любой музыкальной культуре и фольклорной традиции преемственность невозможна без подражания. Без него также невозможно сформировать эталон звучания выбранного стиля.Важно обходить некоторые опасные моменты, которые могут сопровождать неосознанный процесс копирования. Начинающему хочется петь, как его кумир. Это нормально. И очень часто неопытный вокалист, снимая манеру пения, в первую очередь обращает внимание на самые яркие и слышимые качества звучания голоса того, кому он стремится подражать. Снимаются различные хрипы, призвуки. В звучании хочется добиться мощной энергетики, а вместо этого получается крикливое, форсированное пение. И если звук ещё как-то можно снять, то энергетику снять невозможно.

Поэтому с первых уроков надо учиться передавать через голос свою собственную энергетику. Для этого, кстати, существуют различные упражнения, которые необходимо использовать в работе.

1. В ситуациях, когда певец поёт – репетирует, записывается или выступает – в некомфортных для себя условиях.

Некомфортными условиями считаются пение в больном состоянии, а также ситуация, когда начинающий певец плохо слышит свой голос, например в мониторах. В обоих случаях он начинает форсировать, что-то менять в голосовой подаче. В дальнейшем болезнь проходит, а лишнее напряжение, связанное с пением в некомфортном состоянии, остаётся.

Разговор о зажимах у певцов можно продолжать бесконечно. В заключение стоит только отметить, что **в понимании причины формирования зажима кроется путь избавления от него.**