

Методы расширения голосового аппарата на уроках вокала, вокальное пение

Гўзал Эркиновна Халикулова
Государственный институт искусств и культуры Узбекистана

Аннотация: Голосовой аппарат обучающейся приведен в активное певческое состояние (после распевки), то при использовании метода темповой вариативности применяются следующие приемы. Слушая певиц с мировыми именами, многие удивляются: исполнители так тонко передают тихие нюансы вокального произведения. Голосовая функция человека тесно связана с дыхательной, так как с анатомической стороны и та и другая выполняются одними и теми же органами. Через трахею и бронхи к альвеолярным пузырькам легкого во время спокойного дыхания притекает воздух для газообмена, во время голосообразования эти полости являются вместительным для воздуха.

Ключевые слова: голоса певцов, основы физиологии и патологии голоса, голосовой аппарат, голосовая функция, методы расширения голосового аппарата, вокальное пение

Methods for expanding the vocal apparatus in vocal lessons, vocal singing

Guzal Erkinovna Khalikulova
Uzbekistan State Institute of Arts and Culture

Abstract: The student's voice apparatus is brought into an active singing state (after chanting), then when using the method of tempo variability, the following techniques are used. Listening to world-famous singers, many are surprised: the performers so subtly convey the quiet nuances of a vocal work. The human voice function is closely related to the respiratory function, since from the anatomical side, both are performed by the same organs. Air for gas exchange flows through the trachea and bronchi to the alveolar vesicles of the lung during quiet breathing; during voice formation, these cavities are a receptacle for air.

Keywords: singers' voices, fundamentals of physiology and pathology of the voice, vocal apparatus, voice function, methods of expanding the vocal apparatus, vocal singing

Основы физиологии и патологии голоса певцов ценён в области вокальной методологии. Голосовая функция человека тесно связана с дыхательной, так как с анатомической стороны и та и другая выполняются одними и теми же органами. Через трахею и бронхи к альвеолярным пузырькам легкого во время спокойного дыхания притекает воздух для газообмена, во время голосообразования эти полости являются вместилищем для воздуха, который после вдоха используется для поддержания воздушного давления, необходимого для приведения сомкнутых голосовых связок гортани в особое колебательное состояние - процесса, тождественного с вдуванием воздуха в мундштук язычкового музыкального инструмента; таким образом фонацию можно рассматривать как удлинённый выдох, происходящий при своеобразных условиях голосообразования. Гортань при покойном дыхании играет довольно пассивную роль; через ее полость воздух свободно вливается в нижележащие дыхательные пути и удаляется из легких после газообмена, причем ширина просвета голосовой щели может меняться в широких пределах как в фазе вдоха, так и выдоха, так что голосовые связки до некоторой степени принимают активное участие во время акта дыхания; при фонации голосовые связки смыкаются и колеблются под влиянием производимого на них давления со стороны вытекающего из легких воздуха, благодаря чему на уровне голосовой щели образуются звуковые волны - голос. Таким образом, функциональная разница между спокойным дыханием и голосообразованием сводится к моменту смыкания или размыкания голосовой щели во время выдоха. Глотка, рот и носовая полость при дыхании служат для проведения воздуха и подготовки его для дыхательных целей. Эта функция выполняется ими без особого участия двигательного мышечного аппарата, если в том или другом месте не возникает никакого механического препятствия. При речи и пении мышечная система этих органов принимает живейшее участие, так как ее деятельность тесно связана с артикуляцией, т. е. со способностью человека произносить гласные и согласные. Из сказанного видно, насколько близко соотношение между дыхательной и голосовой функциями, и эта связь еще более становится очевидной, если принять во внимание, что вдох является подготовительной стадией для возникновения голоса; он возобновляется при каждой остановке и прекращении фонетической деятельности. Однако с физиологической точки зрения оба акта - дыхание и фонация - должны быть рассматриваемы как совершенно обособленные друг от друга процессы: за это говорит то обстоятельство, что нервные центры для дыхания и голоса не совпадают в своей локализации: в то время как дыхание находится под влиянием дыхательного центра в продолговатом мозгу, а также эмоциональных центров, широко заложенных в кортикальных слоях коры большого мозга, местонахождение голосовых центров с точностью не выяснено,

несомненно лишь, что они раскинуты на большом пространстве центральной и периферической нервной системы. В связи с функциональными задачами дыхательного и голосового аппарата можно отметить, что акт спокойного дыхания совершается автоматически, он легок и бессознателен, обычно он не входит в состав задуманного действия, между тем как голос является не только в результате неосознанных мышечных движений (у новорожденных детей), не только двигательным прирожденным рефлексом, стоящим в связи с внешними и внутренними раздражениями, но требует для своего развития определенных условий и деятельности со стороны психики, слуха и голосообразовательных органов.

Слизистая оболочка носа очень обильно снабжена чувствующими нервами - от первой и второй ветвей тройничного нерва. Чувствительность слизистой оболочки оказывает большое влияние на дыхание. При раздражении слизистой оболочки носа механическим щекотанием, табачным дымом, нашатырным спиртом, парами хлороформа, азотной кислотой и пр. у животного наступает энергичное выдыхательное движение, ритм дыхания замедляется, и дело может дойти до полной остановки дыхания в фазе выдоха; общеизвестен также другой рефлекс со стороны носа, который выражается в форме чихания; при электрическом раздражении носа у животного можно получить острое вздутие легких в результате сильного рефлекторного сокращения гладкой мускулатуры больших и малых бронхов; в патологических случаях этим рефлексом объясняется возникновение астматических припадков. Пахучие вещества, раздражая обонятельный нерв, также могут вызывать изменения дыхательных движений, особенно в форме замедления ритма. Влияние разного рода раздражителей слизистой оболочки носа отражается на дыхании и вторично вследствие изменения условий местного и общего кровообращения и повышения кровяного давления.

При дыхании через рот подготовка воздуха для вступления в нижележащие дыхательные пути осуществляется в меньшей степени, так как полость рта обширнее, и его слизистая оболочка не обладает свойствами слизистой оболочки носа; однако через рот человек может дышать в течение долгого времени без особого вреда, так как слизистая оболочка дыхательной трубки быстро приспособливается и компенсаторно берет на себя функцию выключенного из дыхания носа. Поэтому привычка дышать ртом, а также кратковременная заложенность носа обычно не имеет особенно вредных последствий для здоровья, между тем как некоторые животные (кролики, лошадь) в силу анатомических главным образом условий совершенно не приспособлены для дыхания ртом. Глотка и носоглотка при спокойном дыхании играют пассивную роль, их стенки остаются почти неподвижными, но зато мягкое нёбо находится

в постоянном движении. Объективные исследования при помощи записывающего прибора показывают, что мышцы мягкого нёба даже при обыкновенном дыхании находятся в непрерывном колебательном или дрожательном состоянии, зависящем от тонического мышечного напряжения нёбной занавески. Эти самостоятельные колебания наблюдаются как при высоком, так и при низком положении мягкого нёба. При разных типах дыхания мягкое нёбо имеет стремление то подниматься, то опускаться; так, при ясно выраженном глубоком грудном дыхании нёбо одновременно со вдохом расслабляется и отходит от задней стенки глотки, между тем как при вдохе, который приближается к брюшному типу, и при высоком стоянии диафрагмы, нёбо натягивается и поднимается вверх. Эти сопутствующие дыханию движения мягкого нёба легко можно наблюдать у тренированных певцов при широко открытом рте. Замечательно, что при смешанном костоабдоминальном дыхании ясной картины поднимания и опускания нёба обычно не бывает. Такую связь мягкого нёба с дыхательными мышцами можно объяснить общей двигательной иннервацией от блуждающего нерва. Гортань в функциональном отношении при спокойном дыхании проявляет мало деятельности, однако при помощи голосовых связок просвет ее может суживаться в разной степени вплоть до полного замыкания, так что течение воздуха совершенно прекращается. Такие движения связок являются защитным приспособлением, так как они предохраняют нижние дыхательные пути от попадания в них инородных тел или раздражающих газов. Этому рефлекторно вызываемому защитному свойству гортани весьма содействует большая чувствительность ее слизистой оболочки. Кроме того, голосовые связки, следуя за дыхательным ритмом бронхов, автоматически несколько сближаются при каждом выдохе и расходятся при вдохе, особенно форсированном, таким образом, уже при покойном дыхании в гортани есть зачатки для образования голоса: лишь только связки сдвинутся к средней линии, а ниже их поднимется воздушное давление, возникает звук. Обе голосовые связки с каждым вдохом и выдохом продолжают свои ритмические движения наружу и внутрь даже после двусторонней перерезки нижних и верхних блуждающих нервов. Вдыхание чистого воздуха может вызвать замыкание голосовой щели при сильном напоре воздуха, например при сильном ветре. При расширении легких и повышении в них давления вследствие возбуждения блуждающего нерва голосовые связки имеют стремление сомкнуться и перейти в состояние фонации. Щитовидный и перстневидный хрящи при вдохе несколько удаляются друг от друга. Вся гортань в целом также не остается совсем безучастной, она немного опускается при вдохе и снова поднимается при выдохе. Ее опускание и поднимание находятся в связи с таким

же движением трахеи и бронхов, которые, в свою очередь, связаны с движением эластической легочной ткани и диафрагмы.

Общая дыхательная функция человека представляет чрезвычайно сложный процесс вследствие того, что в ней участвует много органов, из которых одни действуют непроизвольно, автоматически, другие могут проявлять свою деятельность изолированно под влиянием волевых импульсов. Регуляция дыхательных движений совершается центральной и периферической нервной системой, причем общий автоматический центр дыхания находится в продолговатом мозгу. Все дыхательные мышцы грудной клетки, диафрагмы и живота получают нервы из передних рогов спинного мозга, начиная от шейной его части до поясничной включительно (для мышц брюшного пресса), мышцы гортани, трахеи и бронхов зависят от блуждающего и симпатического нервов.

Тембр или звуковая окраска является неотъемлемой принадлежностью голоса, он характеризуется наличием в звуке определенных частичных тонов или обертонов. Ухо благодаря анализаторскому свойству основной перепонки органа ощущает все отдельные частичные тоны, входящие в состав голоса, слуховой центр в коре большого мозга соединяет их снова, в результате чего воспринимается весь комплекс частичных тонов как звук с определенным тембром.

При фальцете края голосовых связок истончаются и сильно растягиваются. Полного замыкания голосовой щели нет, она остается слегка раскрытой, как между растянутыми резиновыми полосками. В колебании участвуют лишь края связок, которые двигаются вверх и вниз, т.е. по направлению тока воздуха. Функция поддерживается только натягивающей передней щитоперстневидной мышцей. Фальцет не богат обертонами, не имеет силы, но звучит мягко. В связи с наблюдаемым изменением тембра голоса при пении гамм и упражнениях для характеристики звучания отдельных тонов по сопутствующим признакам выделяют особые регистры; так говорят, например, о среднем или головном регистре, когда кажется, что звуки резонируют в голове. Считают, что этот голос образуется из грудного при ослаблении напряжения внутренней щиточерпаловидной мышцы; при полном выключении этой мышцы, таким образом, получается фальцет.

По своему значению для процесса голосообразования полости глотки, рта и носа стоят на втором плане, так как сюда поступают уже готовые звуковые волны, возникшие в голосовой щели, но считается, что в этих полостях тембр голоса может изменяться вследствие резонансовых условий. Не подлежит сомнению, что здесь могут усиливаться те обертоны, которые по числу колебаний лежат близко к собственному тону полости; при этом резонанс не

ограничивается узкой областью тонов благодаря способности полостей с мягкими стенками усиливать обертоны на протяжении почти целой октавы.

Использованная литература

1. Холикулова, Г.Э. (2007). Саҳна нутқи. Тошкент-2007 й.
2. Холикулова, Г.Э. People's poet of uzbekistan mukhammad yusuf – singer of the native land and love. International conference. Pages 154-159.
3. Гўзал Эркиновна Халикулова. Саҳна нутқи ва жонли тил. Мулоқот, Тошкент. 35 – бет.
4. Гўзал Эркиновна Халикулова. Маннон Уйгур – выдающийся режиссёр узбекского театра и мастер по сценической речи. Эдебиет және өнер институты, Алматы. Вопросы литературы и искусства им. М.Ауэзова. 59-60 стр.
5. Гўзал Эркиновна Халикулова. Саҳна нутқи ва жонли тил. Мулоқот, Тошкент. 35-бет.
6. ГЭ Халикулова. Актёрлар нутқда Навоий шеърятти. Театр, Тошкент. 10-11- бетлар.
7. Гўзал Эркиновна Халикулова. Саҳнада тарихий муҳит тасвири. Театр, Тошкент. 20-21- бетлар.
8. Гўзал Эркиновна Халикулова. Искусство речи в историко-поэтических спектаклях. / Искусство Узбекистана. История и современность. Материалы научно-практической конференции молодых ученых. Ташкент: Поколение нового века. Стр. 50-51.
9. Гўзал Эркиновна Халикулова. Замонавий театр ҳақида шахсий мулоҳазалар. Қалдирғоч, Тошкент. №1(4). 2 – бет.
10. Гўзал Эркиновна Халикулова. Вопросы сценической речи в интерпретации узбекской исторической драмы (80-90-е годы). Автореферат 2004 г. стр. 1 – 21.
11. ГЭ Халикулова. Саҳнани актёр безайди. Театр, Тошкент, 22-23-бетлар
12. Guzal Khalikulova. “Мирзо Улуғбек” тарихий драмасида тил масалалари. /Сб науч. тр. “Нафосат”. 144-147.
13. Гўзал Эркиновна Халикулова. Саҳна нутқи (тарихий драмалар талқинида). Ўқув қўлланма. Тошкент. ЎзДСИ. 1 – 9 – бет.
14. Гўзал Эркиновна Халикулова. Husni ta'il - искусство силы. Журнал Театр, Ташкент. № 6. 14-15 стр.
15. Гўзал Эркиновна Халикулова. Чувство уважения. Журнал Калдирғоч, Ташкент. Стр 41.
16. Гўзал Эркиновна Халикулова. Гигиена и техника чтения книг. Журнал Калдирғоч, Ташкент. 21(42).

17. Гўзал Эркиновна Халикулова. Мусикий ижрочиликда ёшларнинг фаоллигини ошириш ва уни ривожлантириш масалалари. Тошкент ТДМИ, (Тўплам).

18. Гўзал Эркиновна Халикулова. Санъат равнақи йўлида. Журнал Қалдирғоч, Тошкент. 2010/1.

19. Гўзал Эркиновна Халикулова. Хассос сўз устаси. “Мухсин Ҳамидов (Бадий сўз устаси)” номли монографияси учун мақола 2010. ЎзДСИ. 8 – бет.

20. Гўзал Эркиновна Халикулова. Маънавий баркамоллик давр талаби. ЖизПИ, тўплами. 363 – бет.

21. Гўзал Эркиновна Халикулова. Ўзбекистон давлат санъат институтида кадрлар тайёрлаш сифатини яхшилаш ва соҳани ривожлантиришда амалга оширилаётган ишлар. Ўзбекистон санъати ва маданиятида замон қаҳрамони образини яратиш муаммолари ва ечимлари” Тўплам. ЎзДСИ.

22. Гўзал Эркиновна Халикулова. Юрт тараққиёти, халқ фаровонлиги ҳамда баркамол авлодни тарбиялашда санъатнинг роли. Халқаро Симпозиум материаллари тўплами.

23. Гўзал Эркиновна Халикулова. Формирование сценической речи в профессиональных спектаклях и роль системы Станиславского в развитии театрального искусства. Брянск, Сборник материалов VI Международного симпозиума. Стр. 219 – 225.

24. Гўзал Эркиновна Халикулова. Замонавий раҳбар аёлнинг профессионал нутқини оширишга доир. 2012 й. “Аёл – маънавият гулшани” ЖизПи., 4- Республика илмий-амалий конференцияси Тўплам.

25. Гўзал Эркиновна Халикулова. Актёрнинг саҳна нутқи маҳоратини эгаллашда нафасни такомиллаштирувчи янги услубий изланишлар. 2012/3/27. Глобаллашув жараёнида хореография санъати соҳасида миллийликни сақлаш муаммолари 2- республика конференцияси. Тошкент.

26. Гўзал Эркиновна Халикулова. Театрларда адабий тил масъулияти. 2013 й. Янги давр санъати: анъанавийлик ва трансформацион жараёнлар. Тошкент, Алишер Навоий номидаги Ўзбекистон Миллий кутубхонаси нашриёти. 82-84 бет.

27. Гўзал Эркиновна Халикулова. Спектакль яратишда сўз ва ҳаракат уйғунлиги масалалари. 2014. Тошкент.: “Мумтоз сўз”. 110-114 бетлар.

28. Гўзал Эркиновна Халикулова. Саҳна асарларида қаҳрамон характерини яратиш масалалари. Республика илмий-назарий ва амалий конференция материаллари. Тошкент: Наврўз. 112 – 117 бетлар.

29. Гўзал Эркиновна Халикулова. Институтда олий малакали илмий ва илмий педагог кадрлар тайёрлашнинг долзарб муаммолари. Театр// – Тошкент: 2014. (3). 9 -10 – бет.

30. Гўзал Эркиновна Халикулова. Сўз масъулиятини англаш ҳам санъат.
Хуррият// – Тошкент. (43) 6-7 бетлар.