

**Забродская Александра Николаевна**

магистрант

ФГБОУ ВО «Московский педагогический  
государственный университет»

**Никитина Екатерина Николаевна**

канд. пед. наук, доцент

Институт искусств  
ФГБОУ ВО «Московский педагогический  
государственный университет»  
г. Москва

## **ВОКАЛЬНОЕ ВОСПИТАНИЕ ПОДРОСТКОВ ПОСРЕДСТВОМ МЕТОДА МУЗЫКАЛЬНОГО ДВИЖЕНИЯ**

***Аннотация:** в статье рассматривается проблема вокального воспитания подростков. Раскрывается содержание метода музыкального движения как средства вокального воспитания. Показано значение физической и психологической подготовки учащихся для активизации процесса формирования основных певческих навыков. Акцентируется внимание на взаимосвязи процесса звукообразования и целостного психофизического состояния человека. Специально организованный учебный процесс посредством метода музыкального движения направлен на снятие телесных зажимов и психологических барьеров, стоящих на пути к освобождению голоса.*

***Ключевые слова:** вокальное воспитание, метод музыкального движения, подростковый возраст, певческие навыки.*

Вокальное воспитание является важной и значительной частью системы музыкального воспитания учащихся, и проблема вокального воспитания детей и подростков постоянно находится в зоне внимания отечественных педагогов-музыкантов и исследователей (В.А. Багадуров, В.В. Емельянов, Д.Л. Локшин, Е.М. Малинина, Т.Н. Овчинникова, Д.В. Огороднов, Н.Д. Орлова, В.С. Попов,

А.А. Сергеев, Г.А. Струве, Г.П. Стулова, В.К. Тевлина и др.). Не смотря на широкий спектр взглядов на методы и приёмы развития голоса, в большинстве работ подчёркивается комплексный характер вокального воспитания, связанный с формированием личностных качеств учащихся: воли, воображения, памяти, самостоятельности мышления, творческой коммуникабельности.

Особым периодом в жизни человека является подростковый возраст. Его называют переходным, критическим, переломным, когда меняется внутренняя позиция и совершается поворот от направленности на мир к направленности на себя; происходит переоценка отношения к семье, школе, сверстникам. Подросток – уже не ребёнок, но ещё и не взрослый, и эта промежуточная позиция доставляет немало сложностей и противоречий, связанных со стремлением получить статус взрослых и взрослые возможности, но в сочетании с избеганием взрослой ответственности.

Кроме традиционных проблем подросткового возраста в настоящее время особенно ярко прослеживается тенденция снижения творческой и физической активности подростков, которые большую часть времени проводят в состоянии ограниченной подвижности за компьютером или прочими гаджетами. Также, к сожалению, можно констатировать, что клиповое мышление современного подрастающего поколения сформировало потребительское отношение к музыкальной культуре, когда во главу угла ставятся внешние проявления: эффектность, броскость, эпатаж. В связи с этим на педагога ложится огромная ответственность – «высветить» разнообразие подлинного мира музыки, приобщить учащихся к настоящему искусству, свободному от внешних эффектов.

Одним из решений изложенных выше проблем может стать вокальное воспитание учащихся посредством метода музыкального движения, в основе которого – пластическое, выразительное движение, возникающее из спонтанного эмоционального отклика на музыку (так называемый танец «из музыки»).

Современная московская школа музыкального движения является наследницей традиций студии «Гептахор» (от греческого слова «гепта» – семь, «хо-

рос» – пляска), сложившейся в начале XX века в Санкт-Петербурге под руководством Стефаниды Дмитриевны Рудневой. Своим рождением группа обязана Айседоре Дункан, чьи выступления в Петербурге в 1908 и 1913 годах оказали большое влияние на будущих организаторов. Увлечённые искусством А. Дункан, а также античным искусством Древней Греции, они объединились в любительский коллектив и пытались, не подражая ей буквально, воспроизвести дух её танцев. Художественно-педагогическая практика «Гептахора» основывалась на идеях А. Дункан о воспитании совершенной и гармонической личности средствами свободного танца. Свой метод они называли «музыкальным движением», чтобы подчеркнуть зависимость пластики от музыки.

Метод имеет теоретические (С.Д. Руднева, Г.А. Волкова, А.М. Айламазян, Э.М. Фиш, М.А. Ганешина) и философские (античная философия) обоснования, из которых следует, что основой музыкального движения является опора на особенности музыкального восприятия и двигательные реакции тела. О почти моментальной реакции всего организма на основе эмоций указывал отечественный физиолог П.К. Анохин [2, с. 173].

Физическое развитие не является самоцелью, тело рассматривается как инструмент, выражающий внутреннее содержание. Музыкальное движение дает возможность активно входить в музыку через импровизацию, создавать свои собственные композиции. Но прежде чем образцы импровизации станут ясными и выразительными, необходимо пройти путь овладения азами техники естественного человеческого движения, наполненного музыкой.

Занятия рассчитаны на группы по 5–15 человек. Музыкально-двигательная деятельность включает различные формы музыкальной игры (хороводы, игры с песнями, подпевание музыкальным пьесам), при этом используется музыкальный материал разных стилей и направлений: классическая, романтическая, старинная, современная, джазовая, народная (в методическом материале есть английские и французские, венгерские и русские мелодии). Учащиеся «пропускают» через своё тело и сознание характерные черты и особенности интонации, характера, образа, нюансов.

Особое место отведено системе упражнений, в числе которых: тренинг без музыки РМЧ (развитие мышечного чувства); дыхательные упражнения; специально разработанные упражнения с музыкой, разделенные на три группы по степени сложности. Каждое упражнение имеет свою характеристику и направленность с точки зрения музыки, движения и образа.

Важнейшая задача вокального воспитания – формирование основных певческих навыков: певческой установки и дыхания, звукообразования и звуковедения, дикции, эмоциональной выразительности исполнения. С помощью метода музыкального движения снимаются телесные и эмоциональные зажимы. Практика показывает, что голос раскрывается даже у тех, кто считался непоющим. Учащиеся начинают лучше чувствовать свой голосовой аппарат, осознавать процесс звукообразования. Голоса становятся более выносливыми, увеличивается сила речевого и певческого звучания. Координация слуха и голоса налаживается на занятиях не только с помощью слуховых упражнений, но и через целенаправленное и специально организованное психологическое освобождение от страха (проявить собственный голос, не попасть в ноты и т. д.).

Смыслообразующей идеей становится положение о том, что в процессе звукообразования участвует всё тело, и качество пения определяется не только анатомическим строением голосового аппарата, но и особенностями целостного психофизического состояния человека (его мышечного тонуса, характера дыхания, эмоциональной регуляции и т. д.).

Собственно вокальная работа средствами метода музыкального движения начинается с физической и психологической подготовки, предполагающей постепенное снятие телесных зажимов и психологических барьеров, стоящих на пути к освобождению голоса. При этом речь идет не о расслаблении, а о пластичном управлении собственным мышечным тонусом в зависимости от стоящих задач.

В процессе работы с подростками было замечено, что качество вокального звука связано с различными характеристиками движения, что позволило вести

работу над постановкой голоса через постановку тела, с использованием движения. Например, можно сопоставить характеристику текучести в музыкальном движении и вокальную кантилену и достигать певучести в пении с опорой на собственный телесный опыт учащегося.

Анализ опыта работы энтузиастов и пропагандистов метода музыкального движения, собственная педагогическая работа показывают, что данный метод является собой пример живой, творческой и одновременно технологически оснащенной педагогики, значение которого в вокальном воспитании ещё не достаточно изучено.

### *Список литературы*

1. Айламазян А.М. Наука и искусство, спаянные воедино // Перекрестки и параллели. – №1. – 2012.
2. Анохин П.К. Эмоции // Психология эмоций: Тексты. – М., 1984.
3. Ганешина М.А. Теория и практика вокальной педагогики // Перекрестки и параллели. – №1. – 2012.
4. Линклейтер К. Освобождение голоса. – М.: ГИТИС, 1993.
5. Руднева С.Д. Музыкальное движение / С.Д. Руднева, Э. Фиш. – СПб.: Гуманитарная академия, 2000.
6. Танцевальные практики: Семиотика, психология, культура // Сборник статей / Под общей редакцией А.М. Айламазян. – М.: Смысл, 2012.
7. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [www.heptachor.ru](http://www.heptachor.ru)