ДЕПАРТАМЕНТ КУЛЬТУРЫ ГОРОДА МОСКВЫ

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования города Москвы

«ДЕТСКАЯ ШКОЛА ИСКУССТВ ИМЕНИ Н.Г.РУБИНШТЕЙНА»

Постановка исполнительского дыхания

Автор: Н.С. Мишутин,

преподаватель по классу

кларнета и саксофона

Москва

2024

В процессе обучения игре на духовых инструментах постановка исполнительского дыхания занимает одно из важнейших мест. От правильного дыхания зависят чистота интонации, выразительность, устойчивость звука и его динамические оттенки. Уровень владения дыханием показывает профессионализм музыканта-духовика.

Нужно отметить, что при игре на духовых инструментах функции вдоха и выдоха несколько изменяются. Так, если при обычном дыхании вдох и выдох по времени примерно одинаковы, то при игре на духовом инструменте выдох часто бывает значительно продолжительнее вдоха. Кроме того, исполнительский выдох всегда активен.

Искусство исполнительского дыхания состоит не только в умении изменять силу и направление выдыхаемой струи воздуха в инструмент, но и в умении производить быстрый полноценный вдох, значительно превышающий по объему вдох при нормальном дыхательном процессе, как я писал выше. Для извлечения звуков определённой высоты, динамики, характера, тембра, длительности, исполнителю на духовом инструменте необходим интенсивный выдох, а степень интенсивности выдоха определяется уже характером музыки и спецификой звукообразования на том или ином духовом инструменте.

Научить ученика правильному исполнительскому дыханию - первоочередная задача преподавателя. Учащийся должен иметь ясное представление о работе всех дыхательных органов. С этой целью рекомендуется рассказать ученику сведения об анатомо-физиологических основах дыхания.

Итак, в дыхании человека принимает участие сложная система органов, которые делятся на три группы:

1. Воздушные пути (верхние - от ротового и носового отверстий до голосовых связок; нижние - дыхательное горло). Эта общая часть дыхательного аппарата служит для сообщения легких с внешней атмосферой.

2. Лёгкие (состоят из многочисленных тонких пузырьков, густо оплетённых кровеносными сосудами и обладающих большой эластичностью). Лёгкие с воздушными путями образно сравнивать с густо разросшимся деревом, имеющим внутри пустые ствол и ветви. Ствол соответствует дыхательному горлу, крупные ветви – бронхам, а листва - лёгочным пузырькам. Движения лёгких заключаются в расширении их при вдохе и в сжатии при выдохе, в том и другом случае лёгкие пассивно следуют за движением стенок грудной клетки.

3. Костно-мышечная система грудной клетки (ребра и дыхательная мускулатура, к которой относится диафрагма, наружные и внутренние межрёберные мышцы). Диафрагме принадлежит активная роль в механизме дыхания.

Кроме знаний об анатомии, учащемуся необходимо рассказать о типах дыхания, которые также разделяют на три типа:

1. Грудной тип дыхания - характеризуется применением грудной клетки, верхнего отдела рёберной части, и сокращением межрёберной мускулатуры. Активность диафрагмы при таком типе дыхания незначительна. Характерной чертой данного типа являются поднимающиеся плечи при вдохе.

2. Брюшной тип дыхания - характеризуется активностью диафрагмы и нижнего отдела грудной клетки. При вдохе диафрагма активно опускается вниз, за счёт чего увеличивается объём грудной клетки в вертикальном направлении. Отличительными чертами грудного дыхания является лёгкость и свобода вдоха при небольшом объёме лёгочного воздуха.

3. Смешанный тип дыхания (грудобрюшной) - отличается тем, что исполнитель может различным образом изменять деятельность дыхательных мышц грудной клетки. Этот тип дыхания позволяет играющему свободно регулировать быстроту и силу дыхания, подчинив его художественному замыслу произведения.

Остановимся более подробно на последнем типе дыхания, так как именно грудобрюшной тип дыхания, благодаря комбинированному действию диафрагмы и всех мышц грудной клетки, достигает наибольшего эффекта. Дыхание духовика определяется, прежде всего, сознательным и целенаправленным управлением дыхательными мышцами, в полной мере работающими при вдохе и выдохе. К мышцам вдоха относятся диафрагма и наружные межрёберные, а к мышцам выдоха - относится брюшной пресс и внутренние межрёберные. Две фазы дыхания - вдох и выдох, могут по-разному применяться на практике. При правильном поставленном дыхании, предполагается при вдохе сокращение сначала диафрагмы, а потом наружных межрёберных мышц. Ученику нужно обязательно сообщить о недопустимости раздувания щёк и гортанных призвуков. Развивать дыхание нужно постепенно. Нельзя от начинающего исполнителя требовать сразу большого напряжения. На начальном этапе обучения иногда создаётся впечатление, что у исполнителя не хватает воздуха. Это происходит из-за того, что дыхательные мышцы ещё не приспособились для активного вдоха, воздух расходуется в большем количестве, чем это требуется для звукообразования. При вдохе ученик должен постараться удержать грудную клетку в положении вдоха и постепенно выдыхать. Используя разные приёмы выдоха можно достигнуть разнообразных нюансов звука. В начале обучения применяются небольшие упражнения на дыхание, на которых учащийся без особых усилий сможет добиться равномерного динамического звучания. Качество исполнительского выдоха можно контролировать только слухом. Для развития навыков исполнительского дыхания в педагогической практике широко используется исполнение гамм в медленном движении с применением различной нюансировки. Завершение развития техники дыхания достигается в работе над специально подбираемым музыкальным материалом, в котором исполнение имеющихся динамических оттенков требует определенного мастерства.

Исполнительское дыхание формируется при сознательном управлении, тренировке и развитии целенаправленных усилий. Этот процесс начинается с первых дней занятий на инструменте и продолжается до того момента, когда постепенно закрепляются способы управления тем или иным типом дыхания (грудным, брюшным, грудобрюшным), формируется так называемое ощущение «опоры» дыхания, а также приобретаются технические навыки смены дыхания в процессе игры. Срок постановки зависит от физических данных и возраста учащегося, состояния его дыхательного аппарата и т.д.

Большое внимание следует уделять развитию мускулов губ и лица. При подборе упражнений на развитие дыхания, это необходимо учитывать. У начинающих исполнителей часто при выдохе часть воздуха выходит через нос, что приводит к потере тембровых красок звука, по этой причине преподаватель должен своевременно заметить и исправить этот недостаток.

От дыхания зависит не только динамическая сторона исполнения, но и качество звука. С помощью дыхания отделяются музыкальные фразы одна от другой, поэтому, необходимо обратить внимание ученика на роль дыхания в музыкальной фразеологии. Преподаватель должен на основе анализа строения произведения и учёта исполнительских возможностей ученика точно указать моменты, где следует делать вдох, ведь правильное распределение мест смены дыхания имеет огромное значение для выразительности исполнения. Встречаются очень длинные музыкальные фразы, которые невозможно исполнить на одном дыхании, и в этом случае необходимо найти место, где можно взять дыхание, не нарушив смысла музыкальной фразы. Постепенно необходимо приучать учащегося к самостоятельному анализу и разбору музыкального текста, чтобы он осознавал, что моменты вдоха не могут располагаться в случайных местах, ведь неправильное распределение мест для взятия вдоха может привести к искажению смысла музыкальной фразы. При этом лига не должна служить препятствием для вдоха, поскольку она указывает лишь на необходимость плавного и связного исполнения. Следует обратить внимание ученика на то, что делать вдох преимущественно на тактовой черте неправильно, так как она является лишь метрической границей и далеко не всегда совпадает с началом или окончанием музыкальной фразы.

Нужно сказать, что на первых занятиях с учащимся необязательно сразу пытаться осуществлять процесс звукоизвлечения на инструменте. Намного важнее заложить основы правильного дыхания без инструмента, так как начинающему музыканту значительно легче освоить все технические приёмы поочередно. После того как ученик успешно освоил постановку дыхания, губ, аппликатуры и т.д., можно переходить к извлечению первых звуков. В дальнейшем учебном процессе развитие и совершенствование техники и всех исполнительских компонентов продолжается. Только благодаря единству и слаженности действий системы выдоха, плотной и чёткой работе языка, а также его координации с действиями пальцев, достигается свобода и лёгкость игры, богатство звучания.

В заключение этого небольшого методического сообщения, хотелось привести несколько упражнений для формирования и развития исполнительского дыхания, которые используются в педагогической практике. Они представляют собой систему вдохов, выдохов и задержек дыхания, положительно влияющих не только на органы дыхания, но и на вегетативную нервную сферу, систему кровообращения, пищеварения. Дыхательные упражнения дают хороший оздоровительный эффект, мобилизуют и повышают природные физические ресурсы исполнителя.

Упражнение 1.

Исходное положение - стоя, ноги на ширине плеч. Корпус прямой, руки в стороны. Делая вдох, выпячиваем живот, а на выдохе руки выставлены вперёд, при этом совершается наклон, и втягиваются мышцы живота.

Упражнение 2.

Исходное положение - стоя. Корпус прямой, плечи развёрнуты, руки не напряжены. Сначала следует положить ладонь одной руки на грудь, а ладонь другой на живот. Затем через рот сделать глубокий, не быстрый вдох так, чтобы передние и боковые стенки живота выпятились вперёд и в стороны, поднимая одновременно ладонь. После надо начать наполнять воздухом среднюю и верхнюю часть лёгких, расширяя верхнюю часть груди, поднимая соответственно этому положенную на неё ладонь. Далее, удерживая брюшной пресс и грудную клетку в положении глубокого вдоха, задержать дыхание на некоторое время (считая, например, мысленно до трёх), затем начать делать медленный, желательно продолжительный выдох через узкую щель губ. Можно предложить учащемуся представить, что он дует на горящую свечу, пытаясь погасить огонь. При выдохе как можно дольше не опускать грудь, то есть удерживать её во вдыхательном положении. Упражнение повторять без перерыва 5-8 раз.

Упражнение 3.

Выполняется во время ходьбы. В умеренном темпе сделать полный вдох на 4, 6 или 8 шагов, затем задержать дыхание на 2, 3 или 4 шага. Потом сделать полный выдох опять на 4, 6 или 8 шагов. После выдоха задержка дыхания прежней продолжительности (2, 3 или 4 шага) или на несколько большее время. В ходе повторений продолжительность вдоха может возрастать до 12 и более шагов и, как следствие этого, может возрастать и задержка дыхания. Упражнение, можно повторять, выдыхая воздух толчками через плотно сжатые губы, а также с акцентированным выдохом через 15-20 дыхательных порций. Кстати, ходьбу можно чередовать с пробежкой во время выдоха.

Аккуратнова, У.В. Исполнительское дыхание на духовом инструменте / У.В. Аккуратнова. - Текст : непосредственный // Педагогическое мастерство : материалы XXXVI Междунар. науч. конф. (г. Казань, октябрь 2022 г.). – Казань : Молодой ученый, 2022. - С. 35-38.

Должиков Ю.Н. Техника дыхания флейтиста // Вопросы музыкальной педагогики. Вып. 4. М., 1983. С. 6-19

Диков Б. О дыхании при игре на духовых инструментах. М.,1956. С. 101

Пушечников И.Ф. Особенности при игре на гобое // Вопросы музыкальной педагогике. Вып.10. М., 1991. С.42-61

Толмачев Ю.А. Музыкальное исполнительство и педагогика / учеб. Пособие / Ю.А. Толмачев, В.Ю. Дубок - Тамбов : Изд-во Тамб. гос. техн. Ун-та, 2006. С. 75-76.