

Этот материал предназначен для начинающих коллег и для учащихся класса флейты. Здесь я постаралась описать основные этапы работы над особенностями развития дыхания, опираясь на собственный опыт. Думаю, что эта работа дает некоторые ориентиры и поможет в обучении.

Мой педагогический опыт складывался из личных наблюдений, а также явился обобщением опыта ведущих педагогов: Пермякова И.И., Чернозюмского Н.П., Стариковой Л.Я., Шершневой Л.К. Несмотря на знакомство с методиками и учебно-методическими пособиями других педагогов, у меня складывается своя собственная система обучения детей.

Постановка исполнительского дыхания должна занимать важнейшее место в обучении игре на духовых инструментах, в частности на флейте. Исполнительская и педагогическая практика показывает, что исполнение с неправильно поставленным дыханием не могут добиться высокого уровня исполнительского мастерства. Влияние техники дыхания чрезвычайно сильно сказывается на качественной стороне звука. Громкость, продолжительность, ровность и некоторые другие качества звучания непосредственно зависят от дыхания во время игры на инструменте.

В дыхательном механизме флейтиста участвуют мышцы вдоха и выдоха. От умелого использования этих мышц зависит техника дыхания исполнителя. К мышцам вдоха относятся диафрагма и наружные межреберные; к мышцам выдоха – брюшной пресс и внутренние межреберные.

При естественном физиологическом дыхании человека вдох – активный акт, при котором легкие расширяются, ребра поднимаются вверх, купол диафрагмы опускается вниз. Выдох – наоборот, пассивный акт – полость легких, грудная клетка и диафрагма возвращаются в свое первоначальное положение. При физиологическом дыхании цикл протекает следующим образом: вдох – выдох – пауза. Исполнительское дыхание подчинено сознанию исполнителя и предполагает активный вдох и выдох. Вдох короткий – выдох, как правило, долгий.

Вдох всегда подчиняется музыкально-исполнительским задачам. От характера музыки зависит его скорость, полнота и глубина. Эмоциональное состояние флейтиста, стремящегося передать образное содержание исполняемой музыки может быть самым разнообразным. В зависимости от него изменяется вдох: при жизнерадостной музыке он будет легкий и живой, при печальной – тяжелый и медленный, при драматической и героической – значительный и уверенный, при трагической – напряженный и несколько удлиненный. Необходимо помнить, что вдох – такое же средство музыкальной выразительности, каким является звук, динамика, агогика.

Правило:

1. Перед началом вдоха необходимо напрячь мышцы брюшного пресса (низ живота).
2. Осуществить полный вдох.
3. Задержать дыхание.

4. Произвести звукоизвлечение (атаку).

Не следует при вдохе сознательно и утрированно выпячивать живот, выгибать и чрезмерно поднимать грудную клетку до начала вдоха, вследствие чего втягивается живот, а также подтягивать и втягивать нижнюю часть живота.

В то время как обыкновенный вдох происходит пассивно, вследствие прекращения напряжения межреберных мышц и диафрагмы, исполнительский выдох активен и разнообразен. Не изменяющийся по силе звук требует постепенного и очень равномерного расслабления дыхательной мускулатуры. Усиление звука требует ускорения выдоха. Ослабление звука требует постепенного замедления выдоха.

При правильном выдохе наряду с активными действиями внутренних межреберных мышц грудной клетки важную роль играет брюшной пресс, действия которого позволяют управлять регулированием объема воздуха в легких и интенсивностью выдыхаемой струи. Кроме того, брюшной пресс является непосредственным участником «произнесения» звука, четкого определения его начала – атаки. Весь воздух, находящийся в легких после проведенного глубокого вдоха, образует так называемый «воздушный столб». Он приходит в колебательное состояние от самого основания легких через ротовую полость до мундштука инструмента. Атака звука, казалось бы производимая только кончиком языка, имеет свое дыхательное начало с основания воздушного столба и регулируется брюшным прессом. При извлечении звука на флейте мышцы брюшного пресса сразу же начинают сокращаться и посылать толчкообразные импульсы в ротовую полость.

Уже на первых уроках я знакоблю ученика с назначением дыхания, показываю разнообразные возможности инструмента. Это резко повышает заинтересованность учеников в процессе обучения. Умело сохраняя и развивая детские интересы на уроках профессионально нужно объяснять те или иные трудности в музыке. Одной из таких трудностей является правильное дыхание, т.е. дыхание не как в жизни, а профессиональное, исполнительское, продолжительное. На занятиях я стараюсь постоянно следить за учащимся, чтобы он всегда соблюдал указания о правильном способе дыхания (активности диафрагмы, нижних и средних ребер и абсолютной неподвижности плеч при вдохе) и превратил его для себя в твердо усвоенный навык. Здесь надо психологически настроить ученика на то, что исполнительское дыхание – это более развитое, усовершенствованное повседневное дыхание. Дыхание является одним из главнейших средств музыкальной выразительности. Чем лучше оно развито, тем ярче и разнообразнее может быть динамика, нюансировка, от него зависит качество звука, тембр, интонация.

С точки зрения исполнительства на духовых инструментах особого внимания заслуживает работа диафрагмы и мышц брюшного пресса. Диафрагмой называют грудно-брюшную преграду, которая прикреплена к краям нижнего отверстия грудной клетки и отделяет грудную полость от брюшной.

Диафрагма представляет собой довольно сильную плоскую мышцу, выпуклую кверху в виде свода. В середине она имеет форму двух куполов; причем правый купол несколько больше левого. Во время вдоха (диафрагма сокращаясь, опускается вниз, увеличивая объем грудной клетки в вертикальном направлении. При этом она давит на органы брюшной полости, которые, в свою очередь, воздействуют на стенки брюшной полости, заставляя их несколько выпячиваться. Во время выдоха мышцы брюшного пресса, сокращаясь, давят на брюшные органы, а они, оттягиваясь вверх, - на диафрагму. Диафрагма, поднимаясь, воздействует на легкие, заставляя их сжиматься.

Диафрагма и брюшной пресс образуют важнейшую группу дыхательных мышц, оказывающую огромное воздействие на исполнительское дыхания духовника. В результате движений диафрагмы осуществляется основной объем вентиляции нижних долей легких на 40-50% вентиляции верхних долей, которая в основном обеспечивает реберно-грудным механизмом. Опускание диафрагмы на 1 см соответствует увеличению емкости легких на 250-300 см³. При вдохе же диафрагма может опускаться на 3,4 и более см. Некоторые ее участки способны опускаться на 8 и даже 11 см (данные взяты из медицинских исследований).

В диафрагме различают грудинную, реберную и поясничную части, способные функционировать как одновременно, так и порознь, что обуславливается степенью участия диафрагмы в различных типах дыхания. В одних случаях может преимущественно сокращаться поясничная часть диафрагмы, в других – реберная и грудинная части; при этом диафрагма, в зависимости от активизации той или иной ее части, может несколько сдвигаться вперед или назад. Все эти движения диафрагмы, оказывающие активное воздействие на работу легких, можно произвольно регулировать при помощи других дыхательных мышц.

В зависимости от степени активности тех или иных мышц, окружающих легкие, дыхание подразделяется на три основных вида:

1. Грудное (верхнереберное или ключичное);
2. Диафрагмальное (нижнереберное или брюшное);
3. Смешанное (комбинированное или грудобрюшное).

Итак, грудным типом исполнительского дыхания называется такое дыхание, при котором вдох осуществляется благодаря увеличению грудной полости, главным образом в передне-заднем и поперечном направлениях за счет поднятия и расхождения ребер. При грудном типе дыхания нагрузка ложиться на мышцы грудной клетки, а диафрагма и брюшной пресс выполняют вспомогательную роль. Грудной тип иногда называют верхним, имея в виду ведущую роль верхних отделов дыхательного аппарата. Во время исполнительского звукоизвлечения музыкант, владеющий грудным типом дыхания, управляет всеми группами мышц грудной клетки.

Диафрагмальным типом дыхания называется такое дыхание, при котором вдох осуществляется благодаря увеличению грудной полости, главным образом, в вертикальном направлении за счет опускания диафрагмы. При

таком типе исполнительского дыхания основная нагрузка ложиться на диафрагму и брюшной пресс, а мышцы грудной клетки играют вспомогательную роль этот тип дыхания называют также нижним или брюшным, имея в виду ведущее значение мышц диафрагмы и брюшного пресса. Достоинство применения такого типа исполнительского дыхания заключается в рациональной работе мышц брюшного пресса, что обеспечивает исполнителю гибкий и певучий звук.

Смешанное дыхание – такое дыхание, сопровождаемое одновременным движением диафрагмы и нижних ребер, что позволяет достигать значительного увеличения емкости легких. Кроме того, оно перестает быть поверхностным, а напротив, становится глубоким, объемным и, что особенно важно, соответствует естественному процессу дыхания. Регуляция смешанного типа дыхания должна происходить не только при помощи нижних ребер и диафрагмы, но и обязательно при участии брюшных мышц (косых мышц и прямой мышцы живота). Происходит это дыхание следующим образом: легкие при вдохе, расширяясь в стороны, раздвигают нижние ребра; расширяясь вниз, отжимают диафрагму. Диафрагма, в свою очередь, сокращаясь, опускается и отжимает книзу и вперед брюшные органы, благодаря чему стенка живота также выдвигается (выпячивается) вперед естественным образом. При этом движении и активизируются брюшные мышцы. Плечи и верхняя часть груди неподвижны. При обычном физиологическом дыхании диафрагма активна больше при вдохе. Во время выдоха она расслабляется и пассивно поднимается вверх. Во время же игры на флейте, когда выдох по времени удлиняется во много раз, диафрагма должна быть не расслабленной, а активной в целях торможения выдоха. Контролировать эту активность может лишь косвенным путем: при выдохе нижние ребра следует возвращать в исходное положение постепенно и также постепенно отпускать (втягивать) переднюю стенку живота. Многочисленные спирометрические исследования в педагогический опыт доказывают, что у исполнителей, пользующихся глубоким, так называемым смешанным дыханием, эластичность его лучше и емкость легких больше, чем у артистов, пользующихся другими типами дыхания. Происходит это потому, что нижние ребра могут быстро и легко расширяться (раздвигаться), а диафрагма – сокращаться без лишнего напряжения и чувства утомления; кроме того, такой тип дыхания позволяет в случае необходимости сделать более глубокий вдох и, следовательно, запастись большим количеством воздуха.

Смешанный тип исполнительского дыхания имеет много синонимов – грудобрюшной, комбинированный. Таким образом, многие мои коллеги-духовики полагают, и я считаю такую точку зрения тоже правильной, что только этот тип дыхания обеспечивает полноценный газообмен в организме человека и является самым рациональным.

Затрагивая вопрос об исполнительском дыхании наиболее часто обсуждаются вопросы, касающиеся типов исполнительского дыхания и так называемой опоры дыхания.

«Искусство выдоха или игры на опоре и заключается в том, чтобы диафрагма приходила в свое естественное, нормальное состояние, как можно медленнее» В.А.Федотов (советский дирижер, педагог, народный артист РСФСР, дирижер симфонического оркестра, преподаватель в Петербургской консерватории).

Достаточно подробно об опоре пишет Г.А.Орвид (советский трубач, педагог, музыкальный общественный деятель, заслуженный деятель искусств РСФСР): «Опора дыхания достигается точным согласованием подъемного давления брюшного пресса со степенным сопротивлением уступающей этому давлению диафрагмы с таким расчетом, чтобы сжатие воздуха в легких и давление воздушной струи и губной щели были непрерывными и достаточными для образования и ведения звука». Ю.Н.Должиков, российский советский флейтист, музыкальный педагог, профессор Московской консерватории, композитор, подтверждает, что «Опертое дыхание с практической точки зрения, - давление воздуха легких, в полости рта и перед губами, сознательно созданное, постоянно поддерживаемое и управляемое сжатыми, напряженными, сокращающимися сильными выдыхательными мышцами брюшного пресса и сопротивляющимися упругими, тренированными губами на всем протяжении выдоха.

Таким образом, опора является основополагающим элементом в постановке рационального исполнительского дыхания.

Нужно помнить и говорить об этом начинающим флейтистам, что «опора дыхания» - это сознательно сжатые мышцы брюшного пресса, т.е. мускулы живота, окружающие диафрагму и воздействующие на нее при активном выдохе.

Под «опорой дыхания» следует подразумевать нечто такое, на что можно опереться «воздушному столбу».

Дыхание должно быть «открытым» - участие не только мышц живота, но и тренированных губ на всем протяжении выдоха.

Опертое дыхание – давление воздуха в легких, в полости рта и перед губами, сознательно созданное, постоянно поддерживаемое и управляемое сжатыми, напряженными, сокращающимися упругими, тренированными губами на всем протяжении выдоха. Образуется, как бы относительно замкнутый, воздушный столб с двумя опорами – нижней (брюшной пресс) и верхней (губы).

Следствием активного опертого выдоха является концентрированная струя воздуха, выходящая из губ флейтиста под скоростным напором, который регулируется в зависимости от динамики и регистров. Некоторое влияние на регулировку давления в полости рта и перед губами, а также на скорость выдыхаемого воздуха, оказывают голосовые связки, горло и язык. Продолжительность выдоха, а значит и продолжительность исполнения, зависят от объема воздуха, набранного в легкие при вдыхании, от способности выжимать его до конца с помощью активно сокращающихся мышц брюшного пресса и грудной клетки, и от сопротивления тренированных губ, т.е. от игры на опертом дыхании.

Кроме того, с помощью опоры музыканты-духовики вырабатывают надежную атаку, чистую интонацию, яркие штрихи, гибкость и многообразие динамики. Благодаря опоре звучание духового инструмента становится свободным и вместе с тем собранным, плотным, упругим, гибким и эластичным.

Правильная, рациональная методика дыхания в процессе обучения играет важнейшую роль в становлении исполнительского мастерства флейтиста. Теоретические знания основ физиологии дыхания должно сочетаться с практической работой – разного рода специальными техническими упражнениями, ставящими целью развитие всех средств выразительности. Поэтому необходимо каждодневно развивать и отшлифовывать те или иные исполнительские компоненты и приемы на специальных, в зависимости от цели, упражнениях.

Для тренировки дыхательных мышц я рекомендую с первых моментов обучения заниматься дыханием – вдох и выдох – без инструмента, так как начинающему музыканту значительно легче освоить все технические приемы поочередно. Если же ученику сразу дать инструмент и заставить играть, он не сумеет одновременно контролировать и дыхание, и положение головки флейты относительно губ, и губ, и пальцы, и все прочее. Дыхательная гимнастика должна осуществляться регулярно в течение 10-15 минут по несколько раз в день.

Наиболее аффективные упражнения, отобранные за годы практических занятий с учащимися я подобрала для развития дыхания до начала игры:

1. Лягте на спину, положите на живот парк книг и начинайте глубоко дышать. Вдыхаем через нос, а выдыхаем через рот. При этом вдох и выдох делаем медленно. Попробуйте просто спокойно дышать, чтобы книги, удобно расположившиеся на вашем животе, мерно двигались вверх-вниз.
2. Попробуйте также такое упражнение: рукой держать лист бумаги на некотором от себя расстоянии и дуть на его нижнюю грань (более сложный вариант – на угол), при этом стараясь удержать его под постоянным углом и как можно долгое время. Эти упражнения развивают способность давать концентрированную и стабильную струю воздуха.

Много близкого для себя нахожу в методике Ю.Должикова «Техника исполнительского дыхания». В свою работу включаю некоторые дыхательные упражнения:

1. Положить кусочек ваты на стол и дуть на него так, чтобы он передвигался по столу в разных направлениях. Для этого каждый раз потребуется разная энергия воздуха.
2. Сделав глубокий вдох, задержать воздух в легких на несколько секунд. Затем, сложив губы как для свиста (произнося букву «ю»), с силой выпустить струю воздуха на свою ладошку, не надувая щек. Ладошка нужна для того, чтобы почувствовать выдуваемую струю воздуха, контролировать ее равномерность.

Дыхательная гимнастика без инструмента ускоряет усвоение нужных навыков, укрепляет органы дыхания, совершенствует управление дыхательной мускулатурой, усиливает кровообращение.

Дыхательные упражнения можно включать в утреннюю физическую зарядку. Хорошее влияние на развитие дыхательной мускулатуры оказывают и занятия такими видами спорта, как бег, лыжи, плавание. При плавании, как известно, производится быстрый и глубокий вдох и относительно продолжительный выдох в воду, что во многом схоже с осуществлением вдоха и выдоха при игре на инструменте.

Большое значение должно быть уделено развитию у учащегося привычки внимательно относиться к построению исполняемого музыкального материала. Моменты вдоха не должны быть случайными, когда запас воздуха у исполнителя иссяк. Слушатель никогда не должен чувствовать, что исполнителю нужно взять дыхание. В речи хорошего оратора ясно ощущаемые запятые и точки располагаются всегда естественно, позволяя ему свободно дышать, и никому не приходит в голову мысль о том, где и как оратор берет дыхание. Так и музыкант, отделяя вдохом, конец одной музыкальной фразы от начала другой, создает основу для логичного и естественного исполнения. Стремление сыграть, возможно, больше музыки на одном дыхании свидетельствует об ограниченности исполнителя и непонимании исполняемого произведения. Иногда приходится встречаться с очень длинными музыкальными фразами, которые никак не могут быть исполнены на одном дыхании. Тогда следует поискать место, где можно взять дыхание, не нарушив смысла исполняемой музыки. Такое место всегда можно найти. В подобных случаях лига не должна служить препятствием для вдоха. Она указывает лишь на требование плавного и связного исполнения. Разумеется, после вдоха, сделанного под лигой, нельзя акцентировать следующий звук. В музыкальной литературе можно встретить иногда ряд нот с паузами между ними под общей лигой. Это указывает не только на допустимость, но и на необходимость прекращения звучания. Такие случаи встречаются довольно часто.

Правильное распределение пунктов смены дыхания имеет огромное значение для выразительности исполнения. Поэтому педагог в начале работы с учащимися над произведением должен на основе разбора структуры сочинения и учета исполнительских возможностей ученика подробно указать, где следует делать вдох. В этом разборе всегда должен участвовать и ученик, постепенно приучаясь самостоятельно разбираться в материале и находить верное решение вопросов дыхания.

Для того, чтобы дыхание служило средством выразительности, исполнитель должен уметь определить границы законченных в смысловом и конструктивном отношении частей музыкального целого. Правильное определение дыхательных цезур способствует ясности, и цельности изложения музыкальной мысли. Определяя цезуры, необходимо связывать вдох со всеми другими элементами музыкального языка: структурой формы, гармонией, динамикой, штрихами, особенностями фактуры и т.д. Музыкант-

духовик, определяя цезуры, должен, конечно, учитывать и физические возможности своего организма, а также удобство произведения очередного вдоха.

Удобнее всего брать дыхание в следующих случаях:

1. После кадансов, завершения музыкальных периодов, предложений, музыкальных фраз и других завершенных музыкальных мыслей;
2. Во время пауз (но отнюдь не в каждой);
3. После продолжительных звуков за счет некоторого малозаметного их сокращения;
4. Перед повторением музыкальной фразы;
5. Перед сменой гармонических функций;
6. Перед резкой сменой регистра.

Не рекомендуется брать дыхание:

1. Перед или после проходящего звука;
2. После вспомогательного звука;
3. В момент задержаний;
4. В момент предъема;
5. После диссонанса, за которым следует разрешение;
6. После вводного тона.

Подготовка амбушюра. Упражнения для этой цели лучше проводить после ознакомления с первоначальным навыком «исполнительского дыхания». Ученику предлагается привести амбушюр в игровое состояние, т.е. слегка напрячь уголки круглой мышцы рта, освободив одновременно середину губ. При этом должно образоваться отверстие, к которому прикасается кончик языка и без голоса произносится звуко сочетание «тф». По усвоению этого упражнения его объединяют с дыханием, для чего необходимо приготовить амбушюр, сделать вдох и произнести (также без голоса) звуко сочетание «тффф», одновременно выдыхая воздух. Выдох должен быть не прерывистым, а равномерным.

Для выработки навыка контроля направления выдоха полезно упражнение с зажженной свечой. Ее располагают перед учеником на расстоянии вытянутой руки и выполняют предыдущее упражнение («тф»), направляя струю выдыхаемого воздуха на пламя свечи. При правильном выполнении этого упражнения пламя должно несколько отклониться или хотя бы поколебаться. Меняя в этом упражнении высоту положения свечи (то опуская ее, то поднимая, но не меняя при этом положение головы), мы будем отрабатывать подвижность нижней челюсти, что уже вскоре может потребоваться для расширения используемого диапазона флейты и исполнения больших интервалов (октавы и больше). Эти упражнения следует выполнять регулярно, вплоть до овладения навыком уверенного извлечения звука. Первое простейшее задание: ученик делает правильный вдох и задерживает дыхание. В момент задержки дыхания, дыхательная мускулатура, дыхательные пути и весь дыхательный аппарат должен сохранять состояние вдоха. После того как учащийся усвоит это задание, ему предлагается следующее: сделать вдох, задержать дыхание и надуться, т.е.

создать в организме ощущение широкого, распирающего объема воздуха, ощущение напряженного равновесия противоборствующих вдыхательных и выдыхательных мышц. Задание третье: учащийся делает вдох. В момент задержки дыхания опирает его на мышцы брюшного пресса и имитирует интенсивный выдох через плотно сомкнутые губы (воздух при этом не должен прорываться). Во время выполнения этого задания у учащегося обостряется противоборство вдыхательных и выдыхательных мышц, в организме возникает ощущение широко распирающего потока воздуха. Это ощущение он должен запомнить и сохранить во время исполнительского выдоха. Упражнение четвертое: вдох, задержка дыхания на опоре, затрудненный выдох через узкое отверстие в центре сомкнутых губ. Дыхательные пути при этом должны сохранять то расширенное состояние, в котором они находились во время вдоха.

Как уже говорилось, начинающие учащиеся, как правило, плохо управляют своими дыхательными мышцами. Поэтому во время постановки вдоха от педагога требуется внимание и большое терпение. В том случае, если в постановке вдоха возникают затруднения, прибегают к некоторым дополнительным вспомогательным методам. Процесс постановки дыхания протекает достаточно эффективно лишь в том случае, если каждый этап хорошо усваивается учащимся, а все возникающие отклонения от нормы своевременно устраняются педагогом. Осуществляя постановку исполнительского дыхания, необходимо внушить ученику, что опора «как бы имеет два «конца». Одним «концом» она опирается на мышцы брюшного пресса, а другим на возбуждающие звук губы. При этом в области звуко возбуждения возникает упругая струя, позволяющая освободить губы от излишнего давления мундштука и «вести звук дыханием».

В том случае, если ученик теряет чувство опоры, можно предложить ему следующее упражнение: набрать в легкие воздух, издавать на выдохе напряженные звуки, с выговариванием гласного «а». возникшие при этом ощущения опоры запомнить и сохранить во время игры на инструменте. Более четкое представление о дыхании учащегося можно получить с помощью следующего упражнения: плотно накладывая ладони на боковые и передние стенки брюшной полости, педагог получает достаточно полное и ясное представление о работе дыхательной мускулатуры ученика. Этот метод способен оказать педагогу существенную помощь, как при постановке вдоха, так и при постановке выдоха. В том случае, если выдох осуществляется неправильно, ладони ощутят в момент атаки резкое спадание стенок брюшной полости. Сохранение положения или небольшое выталкивание брюшных стенок наружу в момент атаки является признаком правильной техники выдоха. В данном случае в своей работе с учащимися я использую ремень, которым обвязываю ученика по линии «пояса опоры». Ремень помогает ученику отрабатывать выталкивающий эффект брюшного пресса. Работая над выдохом, ученик должен следить за тем, чтобы в момент фиксации опоры ремень не только не ослабевал, но наоборот несколько натягивался. Как свидетельствует практика, достаточно высокую

эффективность показал метод постановки вдоха без инструмента в положении лежа. В этом положении можно лучше ощущать работу своей дыхательной мускулатуры и быстрее постичь сущность исполнительского вдоха. В дальнейшем ощущения, полученные в положении лежа, помогут овладеть вдохом и в положении стоя.

На следующем этапе подготовительных занятий уже потребуется инструмент, вернее его головка. На ней мы должны будем издать звук. Для этого игровой аппарат, т.е. амбушюр, приводится в игровое состояние (уголки губ напрягаются до появления ямочек на щеках, кончик языка прикладывается изнутри к отверстию в губах), головка флейты, с закрытым ладонью отверстием канала, прикладывается к нижней губе. Вначале сделать это помогает педагог. Ученик производит вдох и, одновременно с произнесением «тф», посылает воздух вперед, поперек амбушюрного отверстия на головке флейты. В случае достаточной упругости струи воздуха и ее попадания на противоположный край амбушюрного отверстия возникает звук. Целью этого упражнения является сочетание дыхания с работой языка и выработка навыка попадания струи выдыхаемого воздуха на противоположный край амбушюрного отверстия. Далее это упражнение предлагается выполнять ученику без помощи педагога.

Развитие дыхания должно идти очень постепенно, на первых этапах без большого напряжения. Первоначальными упражнениями должны быть отдельные, не слишком продолжительные звуки и небольшие фразы, на которых начинающий исполнитель без особых усилий сможет добиться равномерно звучания в динамическом отношении и избежать больших интонационных погрешностей.

Можно предложить ученику поиграть «длинные ноты» на крещендо и диминуэндо отдельно:

НАЧАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ ДЫХАНИЯ – ПОЛНОГО ВДОХА И ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОГО ВЫДОХА

*В упражнениях с 1 по 10 звукоизвлечение
производить губами (Ф) без участия языка*

1 Медленно ♩ = 60



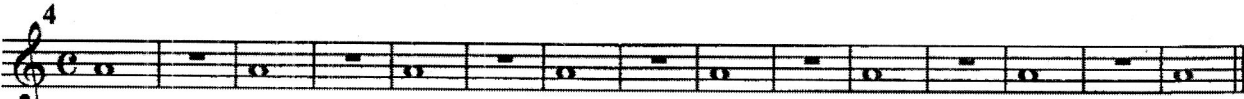
2



3



4



5

6

7

8

9

10

Звукоизвлечение производить с участием языка (тю)

Медленно ♩ = 60

11

12

13

14



При первой возможности можно попытаться сочетать оба этих изменения динамики на одной ноте.

Медленно ♩ = 60

1

2

mf

С помощью этих упражнений развивается и приспосабливается к активному произвольному выдоху межреберная мускулатура и диафрагма.

В дальнейшем исполнительское дыхание надо развивать на постепенном усложнении заданий, иногда на том же музыкальном материале (выдержанные ноты на различной динамике).

A musical score for a breathing exercise, consisting of 14 staves of music. The score is written in treble clef with a common time signature (C). The music features a series of eighth and sixteenth notes, often grouped in beams. The exercise is divided into sections by bar lines and repeat signs. The first section (measures 1-15) includes dynamic markings 'V' (fortissimo) and 'V' (pianissimo) above the notes. The second section (measures 16-35) features a series of slurs and accents. The third section (measures 36-42) includes dynamic markings 'V' and 'V' (pianissimo) above the notes. The fourth section (measures 43-48) includes dynamic markings 'V' and 'V' (pianissimo) above the notes. The fifth section (measures 49-54) includes dynamic markings 'V' and 'V' (pianissimo) above the notes. The sixth section (measures 55-60) includes dynamic markings 'V' and 'V' (pianissimo) above the notes. The seventh section (measures 61-66) includes dynamic markings 'V' and 'V' (pianissimo) above the notes. The eighth section (measures 67-72) includes dynamic markings 'V' and 'V' (pianissimo) above the notes. The ninth section (measures 73-78) includes dynamic markings 'V' and 'V' (pianissimo) above the notes. The tenth section (measures 79-84) includes dynamic markings 'V' and 'V' (pianissimo) above the notes. The eleventh section (measures 85-90) includes dynamic markings 'V' and 'V' (pianissimo) above the notes. The twelfth section (measures 91-96) includes dynamic markings 'V' and 'V' (pianissimo) above the notes. The thirteenth section (measures 97-102) includes dynamic markings 'V' and 'V' (pianissimo) above the notes. The fourteenth section (measures 103-108) includes dynamic markings 'V' and 'V' (pianissimo) above the notes. The score is marked with measure numbers 1, 15, 36, 38, 41, 42, 37, 40, and 43.

Handwritten musical score on ten staves. The notation includes treble clefs, common time signatures (C), and various musical symbols such as notes, rests, and accidentals. The score is divided into measures by vertical bar lines. Some measures contain repeat signs (double bar lines with dots). The notation is dense, with many notes and rests. There are several instances of the letter 'V' above notes, possibly indicating a specific performance instruction or a section marker. The manuscript shows signs of age, with some ink bleed-through and slight fading.

Measures 36, 37, 38, 39, 40, 41, and 42 are explicitly numbered at the beginning of their respective staves. Measure 40 includes a '(V)' above a note. The notation includes various note values, including eighth and sixteenth notes, and rests. There are also some slanted lines below the staves, possibly indicating fingerings or breath marks.

Правильная, рациональная методика постановки и развития дыхания играет важную роль в становлении исполнительского мастерства музыканта-духовика.

Теоретическое знание основ физиологии дыхания должно сочетаться с практической работой разного рода специальными упражнениями, ставящими целью развитие всех исполнительских компонентов (вы частности, дыхательных мышц), а в перспективе и всех средств музыкальной выразительности.

Отдел культуры администрации Старобешевского района
Учреждение дополнительного образования
Комсомольская детская музыкальная школа

Оркестрово-теоретический отдел

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

**«Основные особенности постановки исполнительского
дыхания на начальном этапе обучения на флейте»**

Преподаватель высшей категории
Коровниченко С.Л.

2018г.

ПЛАН

Введение

I Теоретическая часть

1. Искусство вдоха и выдоха
2. Диафрагма – основа дыхания
3. Типы дыхания
4. Опора – основополагающий элемент в постановке рационального исполнительского дыхания
5. Упражнения для тренировки дыхательных мышц
6. Фразировка и дыхание

II Практическая часть.

III Вывод

Использованная литература:

1. Диков Б. «Методика игры на духовых инструментах» Москва, 1970
2. Должиков Д. «О технике дыхания на духовых инструментах», Москва, 1983
3. Должиков Ю. «Репертуар для начинающего флейтиста», Москва, 1986
4. Должиков Ю. «Школа игры на флейте», Москва, 1986
5. Платонов Н. «Методика обучения игре на флейте», Москва, 1989
6. Платонов Н. «Школа игры на флейте», Москва, 1968
7. Ягудин Ю. «Методические рекомендации в первоначальном периоде обучения на флейте», Москва, 1970

