**Управление образования администрации г.Оренбурга**

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования**

**«Центр внешкольной работы «Подросток»**

**Детская музыкальная школа**

Методическая разработка

# Развитие исполнительского дыхания при игре на деревянных духовых инструментах

Кузнец Т.А.: пдо Высшей

квалификационной категории

г. Оренбург 2025

## Пояснительная записка

Методическая разработка **«**Развитие исполнительского дыхания при игре на деревянных духовых инструментах» способствует воспитанию у учащихся культуры исполнения, развитию исполнительского дыхания на флейте, кларнете, саксофоне, развитию художественного и творческого мышления, приобретению исполнительских навыков и ориентирована на общеразвивающую музыкальную подготовку учащихся.

Актуальность моей темы вызвана необходимостью формирования условий для развития исполнительского дыхания учащихся, формирования устойчивого стремления к красоте и гармонии, уважение к труду, творчеству и созиданию.

Педагогическая целесообразность заключается в возможности воспитания и развития комплекса потенциальных способностей учащихся, приобщая их к музыкально-исполнительской деятельности и реализации творческих способностей, тем самым, помогая им приобщиться к деятельному образу жизни.

**Цель:** Развитие исполнительского дыхания при игре на деревянных духовых инструментах: флейте, кларнете, саксофоне.

**Задачи:**

Воспитательные:

* сформировать представление об искусстве как значимой сфере человеческой жизни;
* содействовать творческой реализации и жизненному самоопределению учащихся;

Развивающие:

* развитие исполнительского дыхания учащихся посредством специальных упражнений;
* развивать музыкальные способности у учащихся;
* развивать силу, гибкость и координацию дыхательных мышц в контакте с элементами исполнительского аппарата – губами, языком;
* развивать умение анализировать свои действия во время дыхательных упражнений.

Обучающие:

* познакомить с постановкой исполнительского дыхания;
* обучить основам игры на духовых инструментах;
* познакомить учащегося с музыкой композиторов различных эпох и стилей.

Исполнительское дыхание существенно отличается от обычного и является одним из главных средств музыкальной выразительности.  
Если обычное дыхание совершается почти непроизвольно, через равные промежутки времени, то в исполнительском дыхании обе дыхательные фазы (вдох и выдох) целиком зависят от характера и динамики музыкальной фразы. Используя при обычном спокойном дыхании не всю емкость легких, играющий на духовом инструменте должен иногда доводить дыхательные изменения в легких до максимальных размеров, а значит, увеличивать объем нагрузки на дыхательную мускулатуру. Еще одно отличие состоит в том, что если при обычном дыхании мы дышим преимущественно носом, то в моменты игры на духовом инструменте порой необходим быстрый энергичный вдох (производится он преимущественно через рот при незначительном участии носа) и активный разнообразный выдох. В зависимости от характера музыки, построения фразы, требуемой нюансировки исполнительский выдох может быть то равномерным, то ускоряемым, то замедляемым.

В зависимости от того, какие мышцы принимают участие в дыхании, принято различать три основных его вида:

Грудное дыхание (верхнереберное или ключичное), при котором активно действуют мышцы среднего участка грудной клетки, но диафрагма участвует недостаточно. Пользуясь этим видом дыхания, ученик зачастую напрягает дыхательную мускулатуру и быстро утомляется.

Диафрагмальное дыхание (нижнереберное, или брюшное), при котором активно действует диафрагма и при вдохе опускаются, но остаются относительно неподвижными мышцы средних и верхних участков грудной клетки, легкие при таком дыхании заполняются не до конца. Этим видом дыхания целесообразно пользоваться при исполнении коротких фраз, требующих частой смены дыхания.

Смешанное дыхание (грудобрюшное), считается наиболее рациональным. При этом дыхании обеспечивается максимальное заполнение легких при вдохе и наибольшая продолжительность выдоха, благодаря комбинированному действию диафрагмы и мышц грудной клетки. Этот вид дыхания образуется в результате соединения двух вышеуказанных видов дыхания.  
 Овладение навыком дыхания достигается систематической тренировкой, которая должна начинаться с первых же уроков. Тренировка производится двумя способами: без инструмента и в процессе игры.  
Дыхательная гимнастика без инструмента ускоряет усвоение нужных навыков, укрепляет органы дыхания, совершенствует управление дыхательной мускулатурой, усиливает кровообращение

Второй способ тренировки заключается в игре специальных упражнений на инструменте. Это основной вид тренировки дыхательного аппарата, поскольку в процессе игры естественно развивается сила, гибкость и координация дыхательных мышц в контакте с элементами исполнительского аппарата – губами, языком, внутриротовой полостью. Этот вид тренировки состоит из игры продолжительных звуков без определенной длительности, но с различными динамическими оттенками (p, pp, f, ff, crescendo, diminuendo) и должен включаться в ежедневные занятия.  
 Дыхание начинающего духовика необычайно коротко, вследствие чего звук имеет очень малую длительность. Воспроизводимый звук кроме того неустойчив по силе и в интонационном отношении. Объясняется это неразвитостью мышц и амбушюра, неумением учащегося задерживать и экономить свой выдох. Развивать мышцы следует постепенно, ни в коем случае не перегружать их. Поэтому первоначальные упражнения должны быть на отдельные, не слишком продолжительные звуки и небольшие фразы.

К систематическим тренировкам в исполнении выдержанных звуков можно перейти лишь в дальнейшем – по мере укрепления и развития мышц.  
 По мере овладения звукоизвлечением необходимо перейти к исполнению нот со строгим соблюдением метроритма. Время для вдоха при этом становится ограниченным. Чтобы дыхание не нарушало движения, его следует брать за счет сокращения последней перед вдохом ноты. Нужно стараться, чтобы это сокращение, со временем, становилось менее заметным. Пока губы и дыхание начинающего слабы и неустойчивы, указания динамики временно отсутствуют. Играть свободно, не стесняясь громкости звука, как позволяют губы и дыхание. Необходимо также следить за постановкой: при игре локти не прижимать, кисти рук не напрягать, положение корпуса тела не должно мешать свободному дыханию. Опора на диафрагму при дыхании – основа красивого, насыщенного звука. Вдох делать через нос и уголки рта. Не надувать щеки. Постоянно следить за опорой дыхания, не давать гаснуть звуку.

Известный французский педагог Жан-Мари Лондейкс, чтобы приобрести правильное ощущение дыхания, рекомендует: «Дуйте так, как будто раздуваете угольки в костре – продолжительная воздушная струя направлена в определенную точку». Если при этом губы будут строго подтянуты и примут положение легкой улыбки – то все готово для начала занятий.  
  
 Искусство исполнительского дыхания состоит не только в умении изменять силу и направление выдыхаемой струи воздуха, но и в умении производить быстрый полноценный вдох, значительно превышающий по объему вдох при нормальном дыхательном процессе. Для извлечения звуков определенной высоты, динамики, характера, тембра, длительности, то есть, для приведения в действие звукообразователя и звучащего воздушного столба исполнителю на духовом инструменте необходим интенсивный выдох. Степень интенсивности выдоха определяется характером музыки и спецификой звукообразования на том или ином духовом инструменте.

Исполнительское дыхание существенно отличается от обычного и является одним из главных средств музыкальной выразительности.

Если обычное дыхание совершается почти непроизвольно, через равные промежутки времени и взрослый человек в состоянии покоя осуществляет 16–18 дыхательных циклов в минуту, то в исполнительском дыхании обе дыхательные фазы целиком зависят от характера и динамики музыкальной фразы. Используя при обычном спокойном дыхании не всю емкость легких (она составляет примерно 4000–5000 мл), а всего лишь 500 мл, играющий на саксофоне должен иногда доводить дыхательные изменения в легких до максимальных размеров, а значит, увеличивать объем нагрузки на дыхательную мускулатуру.

Еще одно отличие состоит в том, что если при обычном дыхании мы дышим преимущественно носом, то в моменты игры на саксофоне порой необходим быстрый энергичный вдох (производится он преимущественно через рот при незначительном участии носа) и активный разнообразный выдох. В зависимости от характера музыки, построения фразы, требуемой нюансировки исполнительский выдох может быть то равномерным, то ускоряемым, то замедляемым. В зависимости от того, какие мышцы принимают участие в дыхании, принято различать три основных его вида:

1. **Грудное** дыхание (верхнереберное или ключичное), при котором активно действуют мышцы среднего участка грудной клетки, но диафрагма участвует недостаточно. Пользуясь этим видом дыхания, ученик зачастую напрягает дыхательную мускулатуру и быстро утомляется.
2. **Диафрагмальное** дыхание (нижнереберное, или брюшное), при котором активно действует диафрагма и при вдохе опускаются, но остаются относительно неподвижными мышцы средних и верхних участков грудной клетки, легкие при таком дыхании заполняются не до конца. Этим видом дыхания целесообразно пользоваться при исполнении коротких фраз, требующих частой смены дыхания.
3. **Смешанное** дыхание (грудо-брюшное), считается наиболее рациональным. При этом дыхании обеспечивается максимальное заполнение легких при вдохе и наибольшая продолжительность выдоха, благодаря комбинированному действию диафрагмы и мышц грудной клетки. Этот вид дыхания образуется в результате соединения двух вышеуказанных видов дыхания.

Для большей наглядности восприятия принципа взаимодействия диафрагмы с мышцами брюшного пресса приведу рекомендацию Д. Рейнхардта, который предлагает проделать следующее: «Представьте себе тюбик с пастой. Когда вы начинаете использовать его, то разумное чувство подсказывает вам не сжимать тюбик в центре, а только снизу, так, чтобы все его содержимое продвинулось в отверстие. Если же вы сожмете тюбик посредине, то одна половина содержимого продвинется в верхнем направлении, а другая - в нижнем, в результате чего паста может пойти с ненужного вам конца».

В принципе, дыхание должно опираться на диафрагму по типу вокального. Используя опыт вокалистов, исполнители на духовых инструментах на практике применяют грудо-брюшной (смешанный), или диафрагмальный типы дыхания, отвечающие специфике исполнительства и соответствующие продолжительности и характеру музыкальной фразы.

Овладение навыком дыхания достигается систематической тренировкой, которая должна начинаться с первых же уроков. Тренировка производится двумя способами: без инструмента и в процессе игры.

Дыхательная гимнастика без инструмента ускоряет усвоение нужных навыков, укрепляет органы дыхания, совершенствует управление дыхательной мускулатурой, усиливает кровообращение. Хотя этот способ тренировки – вспомогательный, игнорировать его нельзя, т.к. он содействует общей жизнедеятельности организма.

Ученику надо показать, как делать дыхательные упражнения. Например:

а) медленно, через нос произвести глубокий вдох, так, чтобы ребра раздвинулись, а грудь приподнялась; перед выдохом задержать воздух в легких, а затем с помощью мышц брюшного пресса и грудной клетки быстро выдохнуть через губную щель, освободив легкие от воздуха.  
б) сделать вдох быстро, глубоко и после небольшой остановки медленно выдохнуть.  
в) после спокойного, полного вдоха сделать сильный толчкообразный выдох небольшими порциями воздуха; каждый выдох сопровождается энергичным сокращением дыхательной мускулатуры до тех пор, пока легкие не освободятся от воздуха.

Есть еще комплекс упражнений для тренировки дыхательной системы, предложенной членом – корреспондентом АМН А. Чугалиным в журнале «Здоровье» (1982, №10), который соответствует характеру применяемых нами способов тренировки исполнительского дыхания:

1. Встать, ноги шире плеч, руки в стороны; выпячивая живот – вдох; руки вперед, наклоняясь и втягивая мышцы живота – выдох.
2. Лечь на спину, руки на живот – вдох; во время продолжительного выдоха руками надавливать на живот.
3. Встать, ноги на ширине плеч, руки на поясе; после вдоха производить короткие, следующие друг – за другом неполные выдохи (толчками).

Второй способ тренировки заключается в игре специальных упражнений на инструменте. Это основной вид тренировки дыхательного аппарата, поскольку в процессе игры естественно развивается сила, гибкость и координация дыхательных мышц в контакте с элементами исполнительского аппарата – губами, языком, внутриротовой полостью. Этот вид тренировки состоит из игры продолжительных звуков без определенной длительности, но с различными динамическими оттенками (p, pp, f, ff, crescendo, diminuendo) и должен включаться в ежедневные занятия на саксофоне. Умение извлекать длительный, непрерывный звук – важнейший из технических навыков, играющий главную роль в творческом процессе реального звучания музыки.

Условия игры обязывают музыканта-духовика производить часто полный и быстрый вдох. Для обеспечения этого условия музыканты прибегают к участию во время вдоха не только носа, как при нормальном вдохе, но и рта. Степень участия рта в момент вдоха определяется спецификой звукоизвлечения на том или ином духовом инструменте.

При игре на деревянных духовых инструментах основная часть вдыхаемого воздуха проходит через рот, и лишь незначительная часть – через нос.

Степень активности участия в процессе вдоха ртом или носом зависит также от музыкальной фразы и, в связи с этим, – от применяемых типов дыхания. Если при диафрагмальном вдохе основная часть воздуха вдыхается через рот, при грудо-брюшном – через рот и нос, то при грудном вдохе активная роль принадлежит носу.

Слушателя может раздражать игра исполнителя только из-за того, что он шумно, неэстетично вдыхает. Поэтому вдох через нос является более бесшумным, он близок к естественному процессу дыхания, вдох через нос значительно гигиеничнее.

Но решающая роль в исполнении принадлежит выдоху, так как он связан уже непосредственно с художественной стороной исполнительского процесса. Выдох должен быть разнообразен и гибок: то бурный и порывистый, то едва заметный и плавный, то усиливающийся и замирающий, то ускоряющийся и замедляющийся и т.д.

**Игра на опоре**

Розанов С.В. подчеркивал важность для исполнителя «играть на опоре», или на «опертом» дыхании. На всех медных и деревянных инструментах, за исключением флейты, усиление выдоха при неизменяющемся напряжении мускулов губ вызывает некоторое понижение звука – усиленный выдох приводит в колебание более крупные части вибраторов, порождающих звук. В инструментах с камышовой тростью (гобой, кларнет, фагот) будут вибрировать большие участки трости. Более сильное сжатие губами трости сократит длину ее колеблющейся части и помешает понижению звука.

При исполнении на духовом инструменте выдох должен иметь необходимое качество: то равномерный, то постепенно ускоряемый, то постепенно замедляемый, в зависимости от динамических нюансов. Усиление звука связано с ускорением выдоха, ослабление – с постепенным замедлением; при постепенном и равномерном выдохе получается ровный по силе звук. Так достигаются самые разнообразные нюансы звука.

Развитие техники дыхания

Развивать дыхание нужно постепенно: от отдельных, не слишком продолжительных звуков и небольших музыкальных фраз с равномерным в динамическом отношении звучанием и минимизацией интонационных погрешностей следует переходить к дальнейшему развитию исполнительского дыхания на материале с более продолжительными звуками и фразами, с постепенным усилением и ослаблением выдоха. Необходимо при этом постоянно контролировать качество исполнительского выдоха 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.

Специальное внимание следует уделять развитию мускулов губ и лица, что необходимо учитывать при подборе упражнений, предназначенных для развития дыхания. У некоторых исполнителей при выдохе часть воздуха выходит через нос, что приводит к потере тембровых красок звука, поэтому педагог должен своевременно заметить и исправить этот недостаток.

От дыхания зависит не только динамическая сторона исполнения и качество звука. С помощью дыхания отделяются музыкальные фразы одна от другой, следовательно, необходимо обратить внимание ученика на роль дыхания в музыкальной фразеологии. Правильное распределение пунктов смены дыхания имеет огромное значение для выразительности исполнения: педагог должен на основе анализа строения произведения и учета исполнительских возможностей ученика точно указать моменты, где следует делать вдох. В этом анализе должен участвовать и ученик, постепенно приучаясь самостоятельно разбираться в тексте. Моменты вдоха не могут располагаться в случайных местах, слушатель никогда не должен чувствовать, что исполнителю нужно взять дыхание. Встречаются очень длинные музыкальные фразы, которые невозможно исполнить на одном дыхании. В этом случае следует найти место, где можно взять дыхание, не нарушив смысла музыкальной фразы.

Неправильное распределение пунктов 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.

Прекращение звучания наступает не сразу; какое-то короткое время человеческий слух сохраняет звучание. Это дает возможность, при наличии определенного мастерства, делать вдох в некоторых пунктах, находящихся под лигой. Исполнение же с напряженным дыханием производит тяжелое, неприятное впечатление.

Следует бороться с манерой ученика делать вдох преимущественно на тактовой черте. Учащийся должен усвоить, что тактовая черта является лишь метрической границей и далеко не всегда совпадает с началом или окончанием музыкальной фразы.

Развить всесторонне технику дыхания и научиться использовать ее в полной мере как средство музыкальной выразительности возможно только при овладении достаточно богатым музыкальным репертуаром.

Особенности исполнительского дыхания начинающего саксофониста.

Первый этап. Дыхание начинающего саксофониста необычайно коротко, вследствии чего звук имеет очень малую длительность. Воспроизводимый звук кроме того неустойчив по силе и в интонационном отношении. Объясняется это неразвитостью мышц и амбушюра, неумением начинающего саксофониста задерживать и экономить свой выдох.

Развивать мышцы следует постепенно, ни в коем случае не перегружать их. Поэтому первоначальные упражнения должны быть отдельные, не слишком продолжительные звуки и небольшие фразы.

Лучше немного дольше задержаться и поработать над стабильностью звукоизвлечения, чем стремиться преждевременно расширять диапазон. Для начинающего саксофониста извлечь звук, выдержать его ровно и устойчиво в течении четырех четвертей (в медленном темпе) составляет значительную трудность, на преодоление которой требуется время.

К систематическим тренировкам в исполнении выдержанных звуков можно перейти лишь в дальнейшем – по мере укрепления и развития мышц.

Второй этап. По мере овладения звукоизвлечением необходимо перейти к исполнению нот со строгим соблюдением метроритма. Время для вдоха при этом становится ограниченным. Чтобы дыхание не нарушало движения, его следует брать за счет сокращения последней перед вдохом ноты. Нужно стараться, чтобы это сокращение, со временем, становилось менее заметным.

Пока губы и дыхание начинающего слабы и неустойчивы, указания динамики временно отсутствуют. Играть свободно, не стесняясь громкости звука, как позволяют губы и дыхание.

Известный французский педагог и саксофонист Жан-Мари Лондейкс, чтобы приобрести правильное ощущение дыхания, рекомендует: «Дуйте так, как будто раздуваете угольки в костре – продолжительная воздушная струя направлена в определенную точку». Если при этом губы будут строго подтянуты и примут положение легкой улыбки – то все готово для начала занятий.

**Используемая литература:**

1. Диков Б. О дыхании при игре на духовых инструментах. – М., 1986.
2. Ривчун А. Школа игры на саксофоне - часть первая. – М., 1988.
3. Розанов С. Школа игры на кларнете. – М.,2003.
4. Михайлов Л. Школа игры на саксофоне. – М., 2005.
5. Осейчук А. Школа джазовой игры на саксофоне – часть первая. – М., 1991.
6. Прорвич Б. Основы техники игры на саксофоне. – М., 1977.
7. Платонов Н. Школа игры на флейте. – М., 2008.