

Тема занятия: «Сценическая культура вокалиста»

Добрый день, ребята! Тема нашего сегодняшнего занятия «Сценическая культура вокалиста». Сегодня мы с вами попробуем понять, почему же человеку выходящему на сцену, страшно. И как же все-таки нужно себя вести на сцене.

Находиться на сцене, реализовывать свои творческие замыслы и держать внимание зрителя - это большое мастерство. Исполнитель должен знать правила сценического поведения и культуру исполнителя. Умение «нести себя» и понравится зрителю - это большая, трудоемкая и кропотливая работа.

«Тело и голос – инструмент, актёр, вокалист – инструменталист»

На сцене каждое движение рук, ног, фигуры, мимика лица - все воспринимается зрителем, создавая о выступающем хорошее или не совсем хорошее впечатление. По другому мы можем это назвать – **«имидж»** выступающего. В переводе с латинского имидж *imago* означает **образ, подобие**.

Итак, дорогие ребята! Рассмотрим с вами как же все-таки правильно нужно вести себя на сцене.

Основные требования к телу исполнителя:

1. Поза человека, поющего и говорящего на сцене, должна быть удобной и естественной. Он должен уметь хорошо и удобно стоять на двух(!) ногах, что обеспечивает устойчивость тела, равномерное распределение нагрузки на все мышцы и мускулы, мобилизует нервную систему.
2. Лицо поющего должно быть свободно от гримас (специального искажения лица или не совсем естественного выражения лица). Улыбка должна быть доброй, идти от всего сердца и притягивать зрителя. Исполнитель должен получать удовольствие от радости нахождения на сцене и исполнения песни зрителю.
"Как чувство радости вызывает улыбку и блеск в глазах, так улыбка на лице заставляет ученика ощутить приподнятость, радость творчества".
3. Плечи должны быть хорошо развернуты, не зажаты, не приподняты к ушам, а опущены. Это помогает полноценно и правильно брать дыхание.
4. Руки должны быть свободны, не напряжены, не зажаты за спиной или на груди, а опущены по бокам, что в любой момент позволяет сделать свободный, произвольный жест.

5. Голову не опускать и не запрокидывать, она должна смотреть прямо перед собой, находясь на свободной, не зажатой шее.

Задание для самостоятельного контроля: посмотрите на картинки и отметьте естественные и красивые лица детей, поющих на сцене, без гримас.



Как маленькому артисту преодолеть страх и волнение перед вступлением? Быть настоящим артистом не всем дано. Кто-то с первого раза, когда оказывается на сцене сразу понимает, что ему очень нравится выступать. Кто-то испытывает сильное волнение и переживание и ему приходится справляться со своими страхами.

Предлагаю вам посмотреть материал про девочку Наташу, пианистку, которая научилась справляться со своим волнением и эмоциями перед выступлением.

Пройдите, пожалуйста, по ссылке:

Как я переборола страх сцены
<https://youtu.be/w2FcQNKHSuI>

Ну а теперь немного о том, что же можно и нужно делать со своим страхом выхода на сцену?!

1. При любом публичном выступлении никогда не следует начинать выступление сразу после выхода на сцену, нужно некоторое время постоять, чтобы затормозилось действие посторонних раздражителей. При этом

полезно сделать 2-3 вдоха через нос, ощутив напряжение мышц зева, глотки (зевок), а также вспомнить о дыхании. Эта пауза между выходом на сцену и началом творческого процесса поможет и зрителям собрать внимание для дальнейшего восприятия вашего творчества.

2. Вырабатывать уверенность в своих творческих силах, давать себе установку – «Я молодец», «У меня всё получится», «Я выступаю перед хорошими зрителя» и так далее.
3. Систематически тренировать и совершенствовать свою вокальную и артистическую технику.

Ребята! Познакомьтесь с упражнением, которое поможет настроиться на выступление:

Перед выступлением следует найти дверной косяк или что-нибудь похожее, прислонится спиной к нему, стремиться расправить свой позвоночник вдоль косяка, расправить корпус, выпрямиться, плечи опустить, шея станет длиннее и прямее, живот втянется. Дыхательный аппарат займет удобное положение. Голова певца должна стоять гордо. Шея должна выпрямиться, чтобы при движениях челюстью не нажимать на гортань.

Очень полезно в пении представлять себе, что на голове держишь кувшин с водой (вырабатывается баланс шеи и мышц, держащих голову)". У некоторых исполнителей есть привычка выходить на сцену со строгим, недовольным видом, надо стараться избегать этого. Ничто не портит настроения так, как это делает мрачное, неприветливое или высокомерное выражение лица артиста, вышедшего к слушателям.

Дополнительный материал по теме сегодняшнего занятия можно посмотреть, пройдя по ссылке:

Занятие на тему «Формирование сценической культуры»

<https://youtu.be/H8hkarFXaCM>

Мастер-класс «Как объединить вокал и хореографию»

https://youtu.be/E6TUQhp_Y-E