***Муниципальное бюджетное учреждение***

***дополнительного образования «Центр «Поиск»***



***Составил***

***руководитель творческого объединения «Мечтатели»***

***Патраков А.Н.***

***с.Саранпауль, 2014 год.***

**Основные правила пения**

Попытаюсь сейчас поделиться основными правилами пения по Шейнину:

**1. Очень важна поза.** «Рожденный ползать летать не сможет», поэтому до того, как вы издали первый звук, необходимо определиться в этом вопросе – будет ли ваше пение полетом. Если да, то нужно приготовиться к полету – спина прямая, плечи развернуты и отведены назад, руки – уже не руки, а крылья, готовые к полету, все тело устремлено вперед. Поза устремления.

**2. Состояние «певческого вдоха»** - нёбо приподнято, как во время зевка.

**3. «Как вздохнешь, так и запоешь».** Если шумно, как пылесос жадно наберем полные легкие воздуха, то он так же шумно и со свистом быстро будет выходить во время пения вместе со звуком – пение будет «на выдохе», звук будет не опертый, сиплый и хилый. Поэтому не делаем специального вдоха перед началом пения – как только мы приняли позу устремления и готовы к полету, расправили и приподняли диафрагму, наши легкие сами наполнились воздухом – и вошло его ровно столько, сколько это необходимо в данный момент. Во время пения положение диафрагмы не меняется – мы не сдуваемся, как шарик. Легко проследить за этим, положив руки себе по бокам чуть выше талии (на ребра). Во время пения под руками не должно происходить никакого движения!

**4. «Озвучивание» (круговое, не фронтальное), полноценность.** Во время пения звуком заполнять все пространство – и впереди, и по бокам, и позади себя. Заполнять не только звуком, но – собой, своей полноценной энергетикой.

**5. «Внутри больше, чем снаружи»** - это означает, что звук должен быть осознанный и осмысленный, внутренне наполненный, а не пустой, как свисток.

**6. Пение должно быть тихим,** но в то же время не забывать про озвучивание – вас должно быть слышно даже на последних рядах. Если пение громкое – значит, снаружи вы выдаете больше, чем есть у вас внутри – т.е., «телега едет впереди лошади».

**7. Нужно не выражать, а соображать.**

**8. Работать на звуке –** пропевание гласных, кантиленное пение.

**9. «Энергитический вдох» (в паузах).** Во время паузы в состоянии полного расслабления нужно позволить энергии войти, и тогда начинать новую музыкальную фразу.

**10. Ловить кайф от пения – все время.** Быть в потоке этого блаженства, не растворяясь, однако полностью (5% вашего внимания должно быть беспристрастным, как бы наблюдающим со стороны за происходящим – «не душить Дездемону взаправду»).

**11. Не забывать про жесты** – руки не должны безжизненно висеть, не должны судорожно сжиматься или теребить что-либо, не должны бестолково дергаться. «Жест – есть не движение тела, а движение души.» Ф. И. Шаляпин.