

Сара Вебер
педагог вокала и фортепиано

Виталия Уайт
сонграйтер, музыкант

РАСКРОЙ СВОЙ ГОЛОС!

Обучение
основам
вокала
и певческим
приемам

В книге
QR-код
с аудио-
упражнениями



Вершина успеха (Феникс)

Сара Вебер

Раскрой свой голос!
Обучение основам вокала
и певческим приемам

«Феникс»

2023

УДК 784
ББК 85.314

Вебер С.

Раскрой свой голос! Обучение основам вокала и певческим приемам / С. Вебер — «Феникс», 2023 — (Вершина успеха (Феникс))

ISBN 978-5-222-35269-4

Когда вы слышите сильные голоса известных исполнителей, помните: это лишь отлично настроенные «инструменты». Добиться подобного звучания может каждый, кто будет тренировать различные вокальные техники. Пение – это такой же навык, как и любой другой, который мы приобретаем в жизни. В книге вас ждут современные вокальные приемы, украшения и прочие техники, которые позволят вашему голосу профессионально звучать и безопасно расширят диапазон. С помощью комплекса теоретических сведений и практических заданий и упражнений вы прокачаете свой голос до уровня профессионального вокалиста. Неважно, сколько вам лет, какая у вас профессия и знания о музыке! Пособие познакомит вас со всеми необходимыми навыками, начиная с самого простого и заканчивая сложными вокальными приемами. Вы научитесь правильному дыханию, применению резонаторов, узнаете об особенностях строения голосового аппарата, благодаря чему ваше пение станет техничным и безопасным; грамотно подберете песни в свой репертуар и научитесь эффективно работать с ними. А еще узнаете множество практических советов и рекомендаций о том, как безопасно обращаться со связками, как восстановить их при травме и многое другое. В книге дается QR-код со ссылкой на аудиоупражнения. Мы перевернем ваше представление о вокале раз и навсегда!

УДК 784
ББК 85.314

ISBN 978-5-222-35269-4

© Вебер С., 2023

© Феникс, 2023

Содержание

Раздел 1	7
Глава 1	7
Глава 2	10
Конец ознакомительного фрагмента.	12

Сара Вебер, Виталия Уайт
Раскрой свой голос! Обучение
основам вокала и певческим приемам



© Вебер С., Уайт В., 2023

© ООО «Феникс»: оформление, 2023

© В оформлении книги использованы иллюстрации по лицензии Shutterstock.com, 2023

Раздел 1

Постановка дыхания и опоры

Глава 1

Знакомство

Твои мечты обязательно станут реальностью!

Дорогой ученик, приветствуем тебя! Ты держишь в руках авторский учебник, в который мы вложили частичку своей души. Цель этого учебника – сделать твои мечты реальностью, позволить тебе увидеть свой огромный потенциал и раскрыть его! Мы не верим в обстоятельства, мешающие добиться успеха. Мы искренне верим в возможности, данные нам Вселенной. А потому считаем, что каждый человек, который имеет цель и мотивацию, способен достичь желаемого! Твой талант дан тебе не просто так, ведь ничего в мире не бывает беспричинно. Развивай его. Не бойся учиться и совершать ошибки, продолжай идти вперед, даже когда достижение цели кажется невозможным. Именно в такие моменты, когда тебе тяжело, но ты не останавливаешься и проявляешь упорство, ты растешь! Только ценой проб и ошибок ты познаешь реальный опыт и находишь лучшие стратегии своего развития и роста! А мы, будучи твоими персональными наставниками, сделаем процесс обучения не только результативным, но и увлекательным.

Давай познакомимся! Как ты заметил, у книги два автора: Сара и Виталия. Сейчас мы расскажем тебе немного о себе и своей деятельности.

Сара:

Я родилась и выросла в замечательном городе Саратове. Музыкай начала заниматься в возрасте шести лет, и с тех пор моя страсть к ней не угасает. В этом году исполнилось двадцать лет, как я ступила на этот путь. Семь из них я преподаю эстрадно-джазовый вокал и фортепиано! Имею три музыкальных образования: два средних профессиональных и одно высшее педагогическое. В свободное от учебы время я занималась написанием собственных песен и выступала на квартирниках и летних верандах популярных заведений города. Однажды я провела все лето, выступая с программой каверов на прогулочном теплоходе, который следовал по Волге. Раз за разом я ставила перед собой небольшие цели, к которым упорно двигалась маленькими шажками. Одной из них был мой долгожданный переезд в Санкт-Петербург. С переездом я продолжила работу над авторскими песнями, хотя практически все мое свободное время было занято посещением различных вокальных мастер-классов.

На протяжении шести лет я преподавала в детской общеобразовательной музыкальной школе, где обучала и возвращала совсем юных музыкантов. Я готовила их к конкурсам и концертам, радовалась их победам и достижениям. Для меня музыка – это свобода, обмен энергией со слушателями и бесконечное удовольствие!

Мне нравится раскрывать таланты своих учеников и помогать им уверенно чувствовать себя на сцене. Самому юному ученику, который у меня обучается, – пять лет, а старшему – семьдесят! В каждого из них я вкладываю частичку своей души.

С годами я все больше осознавала, что мне хочется делиться своим вдохновением и писать песни не только для себя, но и для других, благодаря чему на свет появились композиции, которые вдохновили моих учеников и позволили им добиться успехов на различных конкурсах. Помимо создания авторских песен и коммерческих проектов я бесплатно создаю

несложные аранжировки для своих учеников. Если кому-то из них хочется петь песню, на которую нет минусовки в интернете, или ему хочется другую аранжировку, я с радостью помогаю ему в этом.

На протяжении своей преподавательской и музыкальной деятельности я собирала информацию из различных источников, но только применив ее на практике, я смогла отделить действительно работающие техники и приемы. На своих занятиях я экспериментировала с разными методиками, анализировала и отбирала лучшие из них.

Я окончила курсы преподавателей училища им. Гнесиных, проходила тренинги у Марины Виноградовой, Алины Ростоцкой, Sasha-Vocal. Брала уроки по методике CVT, а также по методике Шерил Портер. На основании приобретенных знаний и многолетней практики я разработала собственную методику, которая позволяет добиться видимых результатов, сэкономив при этом временной и денежный ресурс ученика.

Виталия:

Можно просто – Лия. Я занимаюсь музыкой (вокалом и фортепиано) на протяжении двадцати трех лет, являюсь лауреатом международных конкурсов («Надежды Европы», «Хрустальная магнолия», «Играем джаз») и обладателем титулов «Мисс Музыка», «Мисс Талант» и др.

Я являюсь кофаундером (сооснователем) студии SARA VEBER VOICE и активно занимаюсь сонграйтом (пишу песни под ключ). У меня среднее музыкальное образование. Высшее образование я не связала с музыкой, отдав предпочтение менеджменту и управлению бизнесом, но музыка всегда была и остается неотъемлемой частью моей жизни. Я проходила различные тренинги, применяя знания в собственном творчестве. У меня есть авторские песни, и я часто выступаю на различных джемах. В свободное время я занимаюсь написанием прозы. Страницы этого учебника написаны мной, ведь мне очень хотелось превратить опыт и знания коллеги в прекрасную книгу.

Уже много лет я специализируюсь на продакт-менеджменте. Наш творческий тандем образовался, когда я предложила Саре создать уникальный продукт, который действительно поможет новичкам научиться петь, а профессиональным вокалистам – усовершенствовать свои навыки и научиться новым приемам. Прежде чем издавать эту книгу, мы протестировали весь материал, адаптировали и оптимизировали его. Уже многие ученики достигли отличных результатов, обучившись по нашей программе в формате одноименного онлайн-курса. Поэтому предлагаю тебе довериться нашему опыту и настроиться на результат.

На этой странице ты найдешь QR-код со ссылкой на аудиоупражнения, которые помогут тебе быстрее обучиться вокальным приемам. Главы с такими заданиями мы поместили значком (QR).

Я верю, что у тебя все получится!

Нет лучшей и высшей цели в мире, чем жить сердцем, помогая своей искрой зажечь другие.

(В. Гиберт)



<http://www.phoenixpub.ru/books/extra/74>

Глава 2

Определяем свою вершину

Как известно, мотивация – это внутренняя установка, которая двигает нас к достижению целей, наполняя необходимой энергией.

Важно, чтобы цель была реальной и достижимой. Люди часто не достигают поставленных целей из-за недостатка мотивации. Тогда даже самая маленькая и несущественная неудача может оказаться камнем преткновения. Когда же мотивация сильна, человек способен преодолеть любые препятствия.

Представь себе такую ситуацию. Человек в спешке выходит на улицу, забыв зонт, от чего его настроение портится еще сильнее. А все началось с того, что он не услышал будильник и проспал; его комнатные тапки долго прятались от него под кроватью. К тому времени, как он их наконец нашел, пригорела овсяная каша, и квартиру наполнил неприятный запах. Человек так отчаянно сражался с навалившимися утренними проблемами, что не обратил внимания на льющий за окном дождь. Впопыхах выскочив из дома, он попал под ливень, поэтому отчет, который он готовил для руководства до поздней ночи, раскис. Возвращаться пешком на пятый этаж он не стал, чтобы вдобавок не получить еще и штраф за опоздание. Так и пошел он по лужам к остановке – голодный, рассерженный и без особого воодушевления.

А теперь представь другую картину. Человек, сжимая в руке распахнутый зонт, спешит, перепрыгивая мелкие и большие лужи, словно танцор балета. Сегодня он проснулся в обычное для себя время, потому что вчера вовремя лег спать. С самого утра его день расписан по четкому распорядку: душ, завтрак, десять минут на то, чтобы посмотреть утренний выпуск новостей с прогнозом погоды и покормить кота. Далее – положить в портфель перекус, ведь после работы, вечером, у него занятия по английскому языку. И, конечно, не забыть зонт, поскольку за окном дождь. В итоге, воодушевленный и полный сил, человек спешит на работу, предвкушая вечерние занятия, где он расскажет своим товарищам выученное сочинение на английском языке.

Возможно, эти примеры кажутся примитивными, но они отражают суть сегодняшнего урока и этой главы. И важно, что эти люди, точнее их прототипы, действительно существуют. Цели достигаются гораздо проще, без насилия и внутренней борьбы, когда ты самоорганизован и воодушевлен. Когда же нет мотивации, процесс движения к цели превращается в насилие над собой. Именно поэтому так необходимо организовать и правильно мотивировать себя.

Как эффективно мотивировать себя?

- Ощути свою цель.

Она должна быть понятной и максимально привлекательной именно для тебя.

- Опиши результат, которого ты хочешь добиться. Что ты будешь чувствовать при этом?

Как изменится твоя жизнь? Представь, будто ты уже достиг своей цели, и опиши свои ощущения и эмоции.

- Ответь на вопрос: для чего тебе это нужно? Обоснуй это самому себе. Пунктов в твоём списке должно быть немало. Начни с самого главного приоритета, а за ним расположи менее значимые.

- Определи, что будет (чего ты лишишься), если не достигнешь поставленной цели.

- Интересуйся историями и реальными примерами успешных людей, своих кумиров, смотри тематические фильмы и читай книги, которые помогут тебе развиваться в желаемой области. Проходи тренинги и курсы.

А теперь поговорим о несложных принципах самоорганизации, следуя которым ты сможешь повысить свой уровень мотивации и научиться правильно распределять самый ценный ресурс – время. В зависимости от сложности цели необходимо построить стратегию ее реализации.

Чек-лист для самоорганизации

1. Разбей цель на этапы.

Например, цель – записать авторскую песню в студии.

Этапы:

- определить будущий музыкальный жанр;
- продумать структуру песни, написать музыку;
- сочинить текст песни;
- записать демо;
- выучить песню, проработав все акценты;
- найти аранжировщика и звукорежиссера (или саундпродюсера);
- найти подходящую студию звукозаписи;
- согласовать аранжировку;
- записать голос в студии;
- дождаться сведёния и т. д.

2. Наладь свой режим.

Самоорганизованность тесно связана с усилием воли. Очень сложно организовать свой день, когда ты устал и совсем без сил. Поэтому необходимо наладить свой режим, высыпаться и хорошо питаться.

3. Фиксируй задачи на бумаге.

Этот секрет известен продуктивным людям. Наглядно прописанные цели, задачи и этапы позволяют мозгу постоянно видеть перед собой задачу и тем самым ускорять ее материализацию. Наш мозг воспринимает выделенную цель и делает вывод, что путь к ее реализации начался.

Многие добавляют в свой ежедневник фотоколлажи желаемого, визуализируют. А некоторые даже делают специальные доски у письменного стола, наклеивая стикеры с задачами рядом с открытками, красивыми рисунками и коллажами.

4. Создай систему поощрения.

Разбивая цель на этапы (задачи), мы подсознательно создаем небольшие дистанции на пути. Преодолев очередную дистанцию, не забудь поощрить себя чем-то приятным: награди вкусной едой, устрой себе уютный вечер с блюдами из любимого ресторана; купи билет на концерт любимого исполнителя. Чем сложнее задача, тем выше награда! Выбирай себе поощрения с умом, ведь так ты сможешь привить себе новые привычки. Можно использовать подобный метод для любой сферы своей жизни.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.