

Руднева С.Д. заметки «Дыхание и дыхательность как средство выразительности движения на разных этапах музыкально-двигательной работы». 1983 – 85г.г. (переписано Трифоновой, август 2016г.)

Дыхание и дыхательность. К вопросу о дыхательности и связи её с выразительным движением вообще.

Выразительность движений человеческого тела в основном зависит от:

- 1) «готовности психофизического аппарата к реакции на воздействие (в ситуации музыкального движения – от музыки, её содержания и формы) т.е. отсутствия излишних (ненужных в ситуации) напряжений, зажимов»;
- 2) от расположения центра тяжести тела, его соответствия целенаправленности движения, содержания движения.

Расположение и перемещение центра тяжести тела вообще (а в музыкальном движении в особенности) зависит от ритма, характера, глубины вдоха и выдоха, от охвата вдохом нижнего только или также среднего и верхнего дыхания (т.е. от «вздоха»). Именно особенности вдоха и выдоха создают основную «окраску» (тембр, тонус) движения в согласии с музыкой, с «колором» музыкально-двигательного образа. Понятно, что никакие искусственные нарочитые подменивания естественного выразительного процесса, идущего от перемещения центра тяжести (дыхания), не могут заменить этого целостного моторно-дыхательного процесса, идущего непосредственно от эмоционального воздействия музыки.

Из этого ещё раз следует значение подготовительной работы над психофизическим аппаратом и, в частности, над техникой дыхания. А также над вниманием у начинающих к дыханию, осторожному направлению их внимания к выработке навыка в музыкально-двигательной работе. Здесь нужна особая осторожность и отсутствие нажима, пример и показ.

1983г. «Дыхательность». Когда появился термин и что обозначал.

Связан всегда с музыкой постепенного повышения, все выше, все легче и «вдруг» - все меняется, делается иным.

Очень связан со структурой музыкального процесса, но не с его содержанием - может быть совсем незначительная музыка, а может быть и Шопен и Гендель... Движение облегчается... и вдруг все делается иным – и ты сам, и психо-физическое самочувствие; здесь и покалывание в пальцах, и совсем особое дыхание без участия нижнего дыхания. И совсем не обязательно на высоких полупальцах.

Сначала не различали дыхание и дыхательность, это появилось в конце 20-х гг. Связь дыхания с движением есть уже в 15-16 гг. Это по-видимому под влиянием Изадоры Дункан (девушки показывали упражнения), и наш опыт у Далькроза, и свой собственный.

Надо перечитать, что написано в методической статье о дыхательности ( к описанию освоения структуры ритмо-динамического плавного, пружинного и махового [движений] (так называемых «трех приемов» движения).

Роль и техника дыхания в музыкальном движении.

К дыхательности: во главе должно быть внутреннее пение.

А) навык сопровождения сильных и слабых фраз со вдохом и ослаблением - по указанию педагога,

Б) ознакомление с внутренним пением - на практике и объяснение техник,

В) самостоятельное осознание связи дыхания и выразительности. Уяснение дыхания в движении, в том числе и в пространстве.

Особенности ритма в музыкальном движении: вдох и выдох - *crescendo* и *diminuendo* по подсказке рук.

Отяжеление и облегчение движений.