

PHƯƠNG PHÁP MỞ RỘNG ÂM VỰC GIỌNG HÁT CHO SINH VIÊN NGÀNH SƯ PHẠM ÂM NHẠC

Trần Đình Lộc*, Ông Huỳnh Huy Hoàng

Trường Đại học An Giang, Đại học Quốc gia Tp HCM

Ngày nhận bài: 18/11/2019; Ngày nhận đăng: 08/06/2020

Tóm tắt

Trong quá trình học hát, nhiệm vụ quan trọng và khó khăn của người học là mở rộng âm vực giọng hát. Muốn làm được điều đó, cần phải kiên trì luyện tập đúng phương pháp để đồng nhất màu sắc của các âm khu, nghĩa là làm cho giọng hát vang lên trên toàn bộ âm vực. Đây cũng là tiêu chí để đánh giá giọng hát được đào tạo bài bản về thanh nhạc.

Từ khóa: Luyện thanh, mở rộng âm vực, sư phạm âm nhạc

1. Mở đầu

Giọng hát của người chưa học hát có kết cấu âm khu tách biệt, ở mỗi âm khu âm thanh vang lên khác nhau. Âm khu giọng hát là một dãy âm thanh có âm sắc đồng nhất được tạo ra do những hoạt động giống nhau của thanh đới. Giọng hát nam chia ra thành hai âm khu: âm khu ngực và âm khu đầu; Giọng nữ chia ra thành ba âm khu: âm khu ngực, âm khu hỗn hợp và âm khu cao. Chính vì đặc điểm này mà phương pháp luyện tập mở rộng âm vực cho giọng nam và nữ cũng sẽ khác nhau.

2. Khái niệm âm khu giọng hát

2.1. Âm khu giọng hát nam

Khi nghe một sinh viên nam bắt đầu học hát, luyện thanh lên cao dần theo âm vực (lên từng nửa cung), tới một lúc nào đó, anh ta sẽ cảm giác có sự căng thẳng và không thể hát lên cao với âm thanh như trước được nữa, tới những âm thanh này giọng hát căng thẳng, sau đó âm thanh phải chuyển sang giọng đầu. Như vậy, âm thanh có âm sắc đẹp, vang khỏe, có cảm giác vang từ ngực này gọi là âm khu ngực. Còn những âm thanh yếu, mảnh, âm sắc không đẹp là giọng giả, gọi là âm khu giọng giả. Sự khác nhau về màu sắc, tính chất của âm thanh ở hai âm khu này là do những mức độ hoạt động khác nhau của thanh đới.

2.2. Âm khu giọng hát nữ

Giọng hát nữ có 3 âm khu gồm: âm khu giọng ngực, âm khu giọng hỗn hợp và âm khu giọng đầu, mỗi âm khu phát ra âm thanh có âm sắc khác nhau. Trong các âm khu giọng hát nữ, âm khu giọng hỗn hợp lớn nhất, chiếm khoảng một quãng tám, so với âm khu giọng ngực khoảng một quãng ba, nên việc luyện tập mở rộng âm vực giọng hát nữ phải bắt đầu từ âm khu giọng hỗn hợp rồi phát triển dần ra hai phía (sẽ nói rõ ở phần phương pháp mở rộng âm vực giọng hát).

3. Phương pháp mở rộng âm vực giọng hát

Theo *Phương pháp giảng dạy thanh nhạc* (Hò Mộ La – 2008), hơi thở là cội nguồn năng lượng khởi động của giọng hát. Động thái của khe thanh quản khi hát là, khe thanh làm động tác khép lại để chắn hơi, khi hơi thở đẩy lên buộc nó phải mở ra, hơi thở đi qua,

* Email: locthanhnhac@gmail.com

nó lại khép lại, hiện tượng đó diễn ra liên tục trong quá trình ca hát. Đó gọi là nguyên lý của “hiệu ứng Bernoulli”

Tuy nhiên, để hát các nốt cao thì phải tăng cường luồng hơi mạnh để tăng lực đẩy hơi và lượng hơi tiêu hao sẽ nhiều lên, bắt buộc các cơ hô hấp phải tích cực hoạt động để có hơi thở sâu hơn.

3.1. Phương pháp mở rộng âm vực giọng hát nam

Có thể chia quá trình luyện tập để hình thành và phát triển, mở rộng âm vực giọng hát của sinh viên ngành sư phạm âm nhạc làm hai giai đoạn.

Giai đoạn đầu kéo dài khoảng 3 – 4 học kỳ đầu tiên (tùy theo đối tượng sinh viên là cao đẳng hay đại học sư phạm âm nhạc).

Về cấu trúc âm khu giọng hát nam, âm khu ngực rộng khoảng từ quãng 10 đến quãng 12, nên việc luyện tập cho giọng hát nam nên bắt đầu từ âm khu giọng ngực, cần rèn luyện đạt những yêu cầu cơ bản sau để làm cơ sở tốt cho việc mở rộng âm khu giọng hát ở giai đoạn sau của quá trình luyện tập:

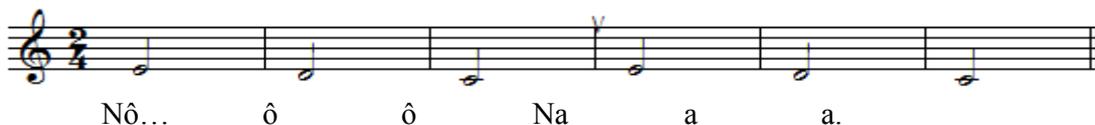
- Cần hát cho tự nhiên mềm mại, tránh gào ở cổ họng, không cứng hàm
- Trước mỗi câu hát phải lấy hơi sâu, đầy đủ. Mỗi âm phát ra phải được đặt trên đệm hơi thở, nói cách khác là giọng hát có cơ sở hơi tốt
- Tất cả các âm phát ra phải giữ đều âm lượng, vị trí vang phải thống nhất
- Cao độ và tiết tấu phải chính xác
- Phát âm nhả chữ phải đúng, rõ ràng rành mạch

Giai đoạn này có thể luyện tập với các mẫu câu luyện thanh sau đây, mỗi buổi học tùy vào số lượng sinh viên, có thể luyện thanh cá nhân hoặc tập thể trong 15 phút.

Do đặc điểm lớp học thanh nhạc của sinh viên sư phạm khá đông, mỗi buổi học được bố trí 2 đến 3 tiết nên việc hướng dẫn luyện thanh cho từng sinh viên là rất khó, tuy vậy giảng viên cũng cần bố trí thời gian thích hợp để có thể luyện thanh cá nhân (vài tuần 1 lần) thì mới hiệu quả được.

Ở Trường Đại học An Giang, mỗi lớp học thanh nhạc chỉ bố trí tối đa 5 - 6 sinh viên, mỗi buổi học từ 2 – 3 tiết nên việc hướng dẫn theo phương pháp này thuận lợi và cho thấy hiệu quả rõ rệt.

Mẫu luyện thanh 1



Mẫu luyện thanh 2



Mẫu luyện thanh 3



Và những mẫu luyện thanh khác với độ khó tăng dần, mỗi học kỳ khoảng 2 đến 3 mẫu luyện thanh theo tài liệu Hát tập 1 và 2 của PGS, TS Ngô Thị Nam.

Hướng dẫn luyện tập

- Đối với mẫu luyện thanh 1 khi hướng dẫn cần chú ý: hát chậm, đặt tiếng nhẹ ở chân răng cửa phía trong của hàm trên, nén hơi nhẹ nhàng từ trên xuống, điểm tựa âm thanh ở trung tâm lồng ngực, nguyên âm Ô hơi tối, nguyên âm A sáng, vị trí âm vang thống nhất, lấy hơi đúng chỗ và ngân dài hết trường độ nốt cuối.

- Mẫu luyện thanh số 2: bắt đầu bằng phách nhẹ, nên đặt tiếng và xác định điểm tựa, âm vang chính xác rồi bắt đầu nén hơi mạnh hơn ở phách đầu của ô nhịp thứ 2, lấy hơi đúng chỗ và ngân dài hết trường độ nốt cuối.

- Mẫu luyện thanh số 3: cách hát gần như mẫu luyện thanh 2

Giai đoạn sau kéo dài từ 3- 4 học kỳ còn lại.

Đây là giai đoạn tập luyện kỹ thuật thanh nhạc khó, phức tạp, gọi là *phương pháp kỹ thuật hát đóng tiếng*.

Chỉ có thể luyện tập các bài tập này khi sinh viên *đạt được những yêu cầu kỹ thuật của giai đoạn đầu*: vị trí đặt tiếng, xác định đúng điểm tựa khi đẩy hơi, có cột hơi vững chắc và vị trí âm vang thống nhất.

Khi hát câu luyện thanh với kỹ thuật đóng tiếng, bộ máy phát thanh sẽ hoạt động với cơ chế đặc biệt, có thể hiểu như sau: ở trạng thái bình thường âm thanh ở âm khu tự nhiên vang sáng phong phú về âm sắc là do thanh đới khép kín và rung lên hoàn toàn dưới tác động của hơi thở; còn âm thanh ở âm khu đầu thường mờ, yếu âm sắc kém là do thanh đới chỉ rung lên ở hai mép. Kỹ thuật hát đóng tiếng sẽ giúp giải quyết hạn chế này.

Âm thanh của kỹ thuật đóng tiếng được hoạt động với cơ chế: *thanh đới hoạt động vừa đóng vừa mở nhanh và rung lên toàn phần dưới tác động của hơi thở sâu có điểm tựa*.

Khi thực hiện hát kỹ thuật đóng tiếng, ranh giới về âm thanh của hai âm khu giọng hát nam sẽ biến mất. Bình thường, giọng hát nam khi hát lên tới nốt rê, mi ở quãng tám thứ 2 đã thấy khó khăn, âm thanh bị căng cứng, gằn tiếng, nhưng khi sử dụng thành thạo kỹ thuật hát đóng tiếng sẽ có thể hát lên tới nốt Fa, Son ở quãng tám thứ hai với âm thanh mềm mại có sức bật và giàu tính biểu cảm. Hát với kỹ thuật đóng tiếng ở âm khu cao rất khó và phức tạp, đòi hỏi người học phải hiểu về mặt lý thuyết về những hoạt động đặc thù của bộ máy phát thanh, của thanh đới và hoàn thiện tốt các kỹ thuật thanh nhạc cơ bản ở **giai đoạn đầu**.

Các mẫu bài tập luyện thanh kỹ thuật đóng tiếng

1.

The image displays two musical staves for vocal exercises. The first staff is a single line of music in 4/4 time, starting with a treble clef and a key signature of one flat. It consists of a sequence of eighth and sixteenth notes. Below the staff, there are two labels: 'A...' under the first half and 'Ô...' under the second half. The second staff is also a single line of music in 4/4 time, starting with a treble clef and a key signature of one flat. It consists of a sequence of eighth and sixteenth notes, followed by a whole note. Below the staff, there are three labels: 'A...' under the first half, 'Ô...' under the second half, and 'A' under the final whole note.

2.



A... Ô... Y Ô...



A... Ô... Y Ô... A

3.



A... Ô... U Ô



A... Ô... U Ô... A

4.



A... Ô...



A... Ô... A

Hướng dẫn luyện tập

- Đặt âm thanh ở chân răng cửa phía trong của hàm trên, vị trí âm thanh ổn định
- Âm đầu tiên với sắc thái p
- Điểm tựa của âm thanh ở trung tâm của lồng ngực, nén hơi đều liên tục, mềm mại, các cơ bụng lỏng, ngực hơi ưỡn nhẹ, cảm giác dùng ngực “đỡ” lấy âm thanh
- Chuyển từ nguyên âm A sang Ô và Y và U *một cách chính xác bằng cách điều khiển độ mở của hàm ếch mềm*: nguyên âm A hát mở, nguyên âm Ô, Y, U hát đóng
- Mẫu 1, 2, 3 khi hát chuyển các nguyên âm theo đúng trong bài
- Mẫu 4 hát lên dần nửa cung, tùy theo từng loại giọng
- Giảng viên cần giảng giải kỹ để sinh viên hiểu rồi mới thị phạm
- Kết hợp luyện các bài luyện thanh (vocalise) trong từng buổi học

3.2. Phương pháp mở rộng âm vực giọng hát nữ

Giai đoạn đầu của quá trình tập luyện mở rộng âm vực giọng hát nữ thực hiện giống như đối với giọng hát nam, giới hạn trong âm khu hỗn hợp của giọng nữ trung, từ nốt Đô - Rê ở quãng 8 thứ 2 trở xuống và giới hạn trong âm khu hỗn hợp của giọng nữ cao là từ nốt

Mi - Fa ở quãng 8 thứ 2 trở xuống.

Giai đoạn sau của việc luyện tập mở rộng âm vực giọng hát nữ khác hoàn toàn với giọng hát nam. Chính điều này cũng cho thấy việc giảng dạy thanh nhạc ở những lớp sĩ số đông (từ 20 đến 30 sinh viên) theo kiểu luyện thanh tập thể thường mang lại kết quả không cao.

Như đã trình bày ở trên, ở các giọng hát nữ có 3 âm khu: âm khu ngực, âm khu hỗn hợp và âm khu giọng đầu. Âm khu ngực rộng khoảng một quãng 3, trong khi âm khu hỗn hợp rộng khoảng một quãng 8, cuối cùng là âm khu cao. Như vậy phần cơ bản của âm vực giọng nữ là âm khu hỗn hợp. Có thể nói quá trình mở rộng âm khu giọng hát nữ là quá trình hỗn hợp các âm khu và mở rộng âm khu hỗn hợp theo hai chiều đi lên và đi xuống của giọng hát. Phương pháp này gọi là *hỗn hợp các âm khu giọng hát*.

Chính vì vậy, sau quá trình luyện tập tốt ở âm khu tự nhiên, chuyển sang giai đoạn mở rộng âm vực giọng, ta nên chọn những câu luyện thanh có giai điệu chuyển động từ trên xuống dưới để xử lý nốt chuyển giọng của âm khu hỗn hợp và âm khu cao. Cách hát này rất có lợi vì sẽ dễ tìm và chuyển được “vị trí cao” của âm thanh xuống âm khu thấp, giúp luyện tập chức năng hỗn hợp các âm khu của giọng hát.

Các mẫu luyện thanh hỗn hợp âm khu giọng hát nữ

1.



2.



3.



Hướng dẫn luyện tập

- Đặt âm thanh ở chân răng cửa phía trong của hàm trên, vị trí âm thanh ổn định
- Âm đầu tiên với sắc thái p
- Điểm tựa của âm thanh ở trung tâm của lồng ngực, nén hơi đều liên tục, mềm mại, các cơ buồng lồng, ngực hơi ưỡn nhẹ, cảm giác dùng ngực “đỡ” lấy âm thanh
- Với mẫu 1 cần chú ý nhịp độ vừa phải, bắt đầu với sắc thái p, điều này giúp cho việc chuyển từ âm khu này sang âm khu khác của giọng hát thuận lợi, xuất phát từ tính tự nhiên thanh quản trong những âm khu khác nhau sẽ hoạt động khác nhau. Bắt đầu với cường độ mạnh sẽ làm căng cứng cơ cấu âm khu của thanh quản và gây khó khăn cho việc chuyển từ âm khu này sang âm khu khác khi luyện thanh

- Mẫu 2 và mẫu 3 cũng bắt đầu với sắc thái p, và nhịp độ nhanh dần
- Kết hợp hát các bài luyện thanh (vocalise) sau khi luyện thanh

Các mẫu luyện thanh mở rộng âm vực giọng hát nam và nữ giai điệu khá phức tạp, nên hướng dẫn sinh viên chép vào phần mềm encore để việc luyện tập thêm ở nhà được thuận lợi.

4. Kết luận

Việc mở rộng giọng hát khi học tập môn thanh nhạc là tiêu chí quan trọng nhất, nhằm đảm bảo chuẩn đầu ra của môn học thanh nhạc đối với sinh viên ngành sư phạm âm nhạc. Khi giọng hát được mở rộng, người hát sẽ gặp nhiều thuận lợi trong việc lựa chọn tác phẩm khi trình bày, thuận lợi khi xử lý tác phẩm và sẽ mang lại cho người học có giọng hát đẹp với âm vực rộng, âm thanh giọng hát có sức bật, phong phú về âm sắc và giàu sức biểu cảm. Công việc này phải thực hiện với sự kiên trì, đúng phương pháp bắt đầu từ buổi học thanh nhạc đầu tiên □

TÀI LIỆU THAM KHẢO

- Concone. G. (1836). *Fifty Lesson For Medium Voice - Vocal*. Schirmer's Library of Musical Classics.
- Dương Việt Á. (2000). *Ca từ trong âm nhạc Việt Nam*. Hà Nội: Nhà xuất bản Viện âm nhạc.
- Đức Bằng, Đỗ Mạnh Thường, & Đào Trọng Từ. (1984). *Thuật ngữ và ký hiệu âm nhạc thường dùng*. Hà Nội: Nhà xuất bản Văn hóa.
- Hồ Mộ La. (2002). *Phương pháp sư phạm thanh nhạc*. Hà Nội: Nhà xuất bản Từ điển bách khoa.
- Mai Khanh. (1997). *Sách học thanh nhạc*. Thành phố Hồ Chí Minh: Nhà xuất bản Trẻ.
- Nguyễn Trung Kiên. (1998). *Phương pháp sư phạm thanh nhạc*. Hà Nội: Nhà xuất bản Văn hóa.
- Nguyễn Trung Kiên. (1982). *Phương pháp học hát*. Hà Nội: Nhà xuất bản Văn hóa.
- Vĩnh Long. (1976). *Sự tròn vành rõ chữ của tiếng hát dân tộc*. Hà Nội: Viện nghệ thuật.
- Ngô Thị Nam. (2004). *Giáo trình hát – tập 1*. Hà Nội: Nhà xuất bản Đại học Sư phạm.
- Ngô Thị Nam. (2007). *Giáo trình hát – tập 2*. Hà Nội: Nhà xuất bản Đại học Sư phạm.
- Nguyễn Thị Nhung. (1997). *Hình thức và thể loại âm nhạc*. Hà Nội: Nhà xuất bản Giáo dục.
- Nhiều tác giả. (2008). *Tuyển tập Romance*. Thành phố Hồ Chí Minh: Thư viện Đại học Sài Gòn.
- Quang Phác. (2006). *100 bài hát Việt Nam*. Hà Nội: Nhà xuất bản Hà Nội.

Method of expanding vocal range for music-pedagogy students

Tran Dinh Loc*, Ong Huynh Huy Hoang

An Giang University, Vietnam National University HCMC

**Email: locthanhnhac@gmail.com*

Received: November 18, 2019; Accepted: June 08, 2020

Abstract

In the process of learning to sing, an important and difficult task of the learner is to expand his vocal range. To achieve this goal, it is necessary to practice with the right method to homogenize all the colors of the zones, which is, making the voice resound across the entire area. This is also an assessment criterion on a well-trained vocal voice.

Keywords: *Vocal training, vocal expansion, music pedagogy*