

COME CONTROLLARE IL RESPIRO PER CANTARE

Amministrare il flusso d'aria nel corso di una sessione di canto è una delle tecniche più importanti. La dinamica e il suono di ogni nota che produciamo funzioni direttamente legate a questa tecnica, se usata male, può portare davvero carenze evidenti quando cantare.

Ciò significa che più si impara a controllare il flusso di aria per produrre una nota più controllo si hanno a vostra voce e il canto.

Ciò produrrà un titolo pesante che tutto vi aiuterà come previsto.

Ricordate che il vostro apparato vocale è uno strumento a fiato e come tale il flusso d'aria controlla tutto.

Un flusso uniforme e continuo di aria produrrà una nota continua e controllata anche bello.

In molti cantanti è prodotto instabile una voce spezzata dall'uso improprio del flusso d'aria che utilizzano per produrre i loro acuti e spesso estenuanti sua aria nella prima frase di una canzone, niente di più imbarazzante di quello, si sente con una cattiva gestione dei muscoli coinvolti.

La ragione di questa lezione è quello di imparare a controllare il flusso d'aria durante l'esecuzione di canto.

Per programmare il vostro corpo e il cervello a rispondere ad esso senza nemmeno pensarci, come non si fa quando si parla, giusto? E questo è perché il vostro cervello sa già a che punto deve la pausa per respirare e continuare a parlare ... come sta cantando solo che è necessario addestrare il vostro corpo e il cervello.

Quindi, cominciamo!

Sicuramente se ti ho detto ora che stavano facendo una profonda ispirazione, infatti hazla, si sarebbe rapidamente e gonfiare il petto e sollevare le spalle ... giusto?

Non mentire ... se assistito come si fa si noterà che era, se non ... congratulazioni!

Respirare correttamente per il canto richiede la cosiddetta respirazione yoga più basso, questo significa che quando la respirazione deve riempire il fondo dei polmoni, non la media o alta.

Le spalle e parte superiore del torace dovrebbero rimanere ancora.

Esercizi di respirazione:

È possibile farlo in piedi o seduto anni consecutivi.

Metti le mani su entrambi i lati della vita e comincia l'aria riempiendo ora prende solo la parte inferiore dell'addome, si noterà come si gonfia come un palloncino.

Per aiutare la respirazione è regolare e armonioso saremo guidati da un orologio con una seconda mano in modo da andare e ottenere uno e messo in un posto visibile per te.

La sequenza è la seguente ...

In primo luogo si inala per 4 secondi, tenere premuto per quattro secondi, espirare per quattro secondi, tenere premuto per quattro secondi e ripetere.

Bene ...

Esercizio 1:

INALARE 2,3,4 - 2,3,4 MANTENIMENTO - espirare 2,3,4 - 2,3,4 MANTENIMENTO ripetizione x 4.

Bene!

Esercizio 2:

Ora si ripete la routine, ma quando l'espiazione deve pronunciare la lettera S "SSSSSSSS ..." è che il suono è come continuo e regolare possibile, non avendo la modulazione.

INALARE 2,3,4 - MANTENIMENTO - espirare "SSSSSS" - MANTENIMENTO ripetizione x 4.

Esercizio 3: The Basics

Questa volta lasciate le pause lato in modo da solo bisogno di inspirare ed espirare.

INALA -EXHALA 2,3,4 2,3,4 - INALARE 2,3,4 - 2,3,4 espirare. x 8 ripetendo.

Esercizio 4: livello medio (deve avere il pieno controllo del flusso d'aria per questa variazione e il successivo)

INALA 4 - MANUTENZIONE 4 - espirare 4 - MANUTENZIONE 4 x 3 ripete.

INALARE 8 - MANUTENZIONE 8 - espirare 8 - MANUTENZIONE 8 ripetere x 3.

INALA 4 - MANUTENZIONE 4 - espirare 8 (SSSSS ...) - MANTENIMENTO 4 x 3 ripete.

Esercizio 5: Higher Level

Questo esercizio è più impegnativo e difficile, che viene inalato per un breve periodo di tempo e senza mantenere espirare per 8 volte più tempo a pronunciare la lettera S. Si può aggiungere un maggior numero di secondi di espiazione come una sfida, ma sempre se essere aggressivo o si sforzano di raggiungere Non stiamo cercando di battere il record mondiale d'aria espiazione ok?

INALARE 2 espiazione 8 ripetere x 3.

Inspirate 2 espirare 16, ripetere x 3

INALARE 2 ?? espirare per quanto è possibile ... ripetere x 3

Beh, si può iniziare a sperimentare con le vocali o sillabe.

NOTA importante: Tenete presente che questo tipo di esercizio produce ossigeno nel corpo più di quanto può essere utilizzata, che in alcuni casi può causare vertigini ... non c'è bisogno di allarmarsi perché l'ossigeno va a vantaggio per il corpo, interrompere di volta in volta, se questo è il vostro caso.