

«УТВЕРЖДЕНО»

на заседании педагогического совета  
МБОУ СОШ №3 им. Г. В.

г. Калуги

Протокол № 1 от 30.08.2022.

«УТВЕРЖДАЮ»

директор МБОУ «СОШ №3

им. Г. В. Зимина» г. Калуги

Приказ № 35/1-ОД от 30.08.2022.

Бунеев В.Л.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая  
рабочая программа  
художественно-эстетической направленности  
по предмету «Эстрадный вокал»  
«Семь нот – семь цветов»**

Возраст обучающихся: 9 - 15 лет

Срок реализации: 3 года

Составитель:  
педагог дополнительного образования  
Кравцова Наталия Юрьевна

Калуга  
2022

## ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

<b>Полное название программы</b>	«Семь цветов – семь нот»
<b>Автор-составитель программы, должность</b>	Кравцова Наталия Юрьевна, педагог ДО
<b>Адрес реализации программы</b>	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №3 им. Г.В. Зимины» г. Калуги г. Калуга, ул. Дзержинского, 57 Тел.
<b>Вид программы</b>	– по степени авторства ( <i>модифицированная</i> ) – по форме организации содержания – ( <i>комплексная</i> ) – по уровню освоения – ( <i>ознакомительный, стартовый</i> ), базовый
<b>Направленность</b>	<i>художественная</i>
<b>Вид деятельности</b>	<i>Эстрадный вокал</i>
<b>Срок реализации программы</b>	3 года 105 часов
<b>Возраст детей</b>	от 9 до 15 лет
<b>Форма реализации программы</b>	<i>групповая, индивидуальная</i>
<b>Форма организации образовательной деятельности</b>	<i>объединение</i>
<b>Название объединения</b>	«Радуга»
<b>Педагоги, реализующие программу</b>	Кравцова Н.Ю.

## 1.1. Пояснительная записка

Дополнительное образование детей – неотъемлемая часть общего образования, которая в рамках государственных образовательных стандартов реализуется посредством дополнительных образовательных программ и услуг.

К общей проблеме совершенствования методов воспитания школьников относится и проблема поиска новых путей эстетического развития детей. Приобщение учащихся к музыкальному искусству через пение как один из доступнейших видов музыкальной деятельности является важным средством улучшения их художественного и эстетического вкуса.

На современном этапе возрос интерес к новым музыкальным синтетическим жанрам, и одна из задач педагога состоит в том, чтобы помочь ребёнку разобраться во всём многообразии музыкальной палитры и дать возможность каждому ученику проявить себя в разных видах музыкальной деятельности.

Вокальное воспитание детей осуществляется главным образом через хоровое пение на уроках музыки. Из-за ограниченности учебных часов данного предмета в образовательной школе реализация задач, связанных развитием детского голоса, возможна при введении дополнительного курса.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по предмету эстрадный вокал «Семь нот – семь цветов» реализуется в **художественно-эстетической направленности**, составлена на основе примерной программы для общеобразовательных школ под общей редакцией В. И. Лейбсона. Программа изменена с учётом возраста и уровня подготовки обучающихся, режима и временных параметров осуществления деятельности, нестандартности индивидуальных результатов обучения и воспитания. Коррективы не затрагивают концептуальных основ организации образовательного процесса, традиционной структуры занятий, присущих исходной программе, которая была взята за основу.

**Вид программы** по степени авторства модифицированная; по форме организации содержания – комплексная; по уровню освоения – ознакомительный (стартовый), базовый.

**Новизна программы** в первую очередь в том, что в ней представлена структура индивидуального педагогического воздействия на формирование певческих навыков обучающихся.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в настоящее время эстрадное пение занимает особое место в современной музыке, у детей и подростков этот вид искусства вызывает огромный интерес. Одной из важнейших задач данного предмета является не только обучение детей профессиональным творческим навыкам, но и развитие их творческих способностей, возможностей воспринимать музыку во всём богатстве её форм и жанров. Стоит отметить, что программа по предмету «эстрадное пение» предполагает обучение не только правильному и красивому исполнению произведений в данном жанре, но ещё и умение работать с микрофоном, владение сценическим движением и актёрскими навыками.

**Педагогическая целесообразность программы** объясняется тем, что занятия эстрадным вокалом необходимо рассматривать как специально организованный процесс, в котором выбор форм, принципов, методов позволят эффективно добиться результатов творческой практики.

**Отличительная особенность программы** в том, что она разработана для детей общеобразовательной школы, которые стремятся научиться красиво и грамотно петь. При этом дети не только разного возраста, но и имеют разные музыкальные способности. В данных условиях программа – это механизм, который определяет содержание обучения вокалу школьников, методы работы учителя по формированию и развитию вокальных умений и навыков. Программа отличается от других программ тем, что:

- позволяет в условиях общеобразовательной школы через дополнительное образование расширить возможности образовательной области «Вокальное искусство»;
- ориентирована на развитие творческого потенциала и музыкальных способностей школьников разных возрастных групп соразмерно личной индивидуальности;
- включает в занятия упражнения дыхательной гимнастики по методике А.Н. Стрельниковой;
- включает систему дыхательных упражнений «Метод Кофлера-Лобановой-Лукьяновой»;
- применяются речевые игры и упражнения, которые разработаны по принципу педагогической концепции Карла Орфа (развивают у детей чувство ритма, формируют хорошую дикцию, артикуляцию, помогают ввести их в мир динамических оттенков познакомить с музыкальными формами);
- в работе над песней используется фонопедический метод В.В.Емельянова;
- используются игровые задания, что повышает мотивацию детей к занятиям, развивает их познавательную активность;
- содержание программы может быть основой для организации учебно-воспитательного процесса по индивидуальной траектории, развития вокальных умений и навыков как групп обучающихся, так и отдельно взятых учеников;
- для учащихся с яркими вокальными способностями предусмотрена профориентационная работа с возможностью продолжения обучения вокальному мастерству в училище искусств и в музыкальном училище на вокальном отделении;
- песенный репертуар подобран с учетом традиционных дней, тематических праздников и других мероприятий по совместному плану воспитательной направленности общеобразовательной школы.

Тематическая направленность программы позволяет наиболее полно реализовать творческий потенциал ребенка, способствует развитию целого комплекса умений, совершенствованию певческих навыков, помогает реализовать потребность в общении.

В отличие от существующих программ, данная программа предусматривает дифференцированный подход к обучению, учёт

индивидуальных психофизиологических особенностей воспитанников. Использование традиционных и современных приёмов обучения позволяет заложить основы для формирования основных компонентов учебной деятельности: умение видеть цель и действовать согласно с ней, умение контролировать и оценивать свои действия. Репертуар для каждого воспитанника подбирается педагогом с учетом возрастных, психологических особенностей ребенка, его вокальных данных. В календарно-тематическом плане отражён конкретный репертуар для каждого воспитанника.

Особенности работы обусловлены, прежде всего, вокальными возможностями учащихся в воспроизведении вокального материала. Знание этих возможностей помогает педагогу выбрать посильный для освоения музыкальный и песенный материал, вызвать и сохранить интерес и желание заниматься сольным и ансамблевым пением.

Использование традиционных и современных приемов обучения позволяет заложить основы для формирования основных компонентов учебной деятельности: умение видеть цель и действовать согласно с ней, умение контролировать и оценивать свои действия.

В процессе обучения используются следующие диагностические методы: творческие задания, наблюдение, тестирование, беседы, анкетирование, мониторинг достижений.

#### **Возраст детей, участвующих в реализации программы**

Данная программа предназначена для детей 9 - 15 лет. В творческое объединение дети принимаются на свободной основе, при наличии у них достаточно выраженных голосовых данных, музыкального слуха, музыкальной памяти, чувства ритма и желания заниматься сольным и вокальным пением. При зачислении ребёнок исполняет песню, которую хорошо знает. Полезно прослушать её в разных тональностях, что позволит выявить у поющего характер и качество голоса, диапазон, точность интонации.

#### **Объём и срок освоения программы:**

Программа рассчитана на 3 года по 35 учебных часов в год. Количество учебных недель – 35 в год. Количество часов и занятий в неделю: 3 часа в неделю.

#### **Формы и режим занятий**

Занятия проводятся в индивидуальной (солист) и групповой (хор) формах. Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем, большее количество времени занимает практическая часть.

Режим занятий: 1 солист - 1 час в неделю, хор «Радуга» - 2 часа в неделю.

#### **Форма обучения - очная**

#### **Форма организации образовательной деятельности:**

*групповые* (позволяют детям учиться коллективным навыкам, выражать и отстаивать свою точку зрения) и *индивидуальные* (учитывают индивидуальный темп усвоения материала).

### **Педагогические принципы:**

- *Принцип индивидуального подхода.* Принимаются во внимание психофизические особенности детей.
- *Принцип доступности* учитывает уровень «зоны ближайшего развития» и потенциальных возможностей каждого ребенка и предполагает выбор посильного содержательного материала.
- *Принцип последовательности и систематичности* позволяет формировать целостную систему обучения от простого к сложному, а также расширять и углублять представления и умения детей на каждом последующем этапе.
- *Принцип наглядности* предполагает визуализацию ранее незнакомого образа, явления. Используется для активизации как зрительных, так и слуховых представлений. Выбор средств наглядности должен отвечать достоверности и иметь высокохудожественное значение.
- *Принцип оптимистической перспективы* основан на создании положительного эмоционального настроя, «ситуации успеха», которая раскрывает потенциал индивидуальных возможностей ребенка, эффективно стимулирует его музыкально-образовательную деятельность.

В процессе занятий эстрадным вокалом целесообразно применять *современные образовательные технологии*, которые позволяют управлять процессом обучения, добиваться необходимых результатов, продуктивно использовать учебное время.

- *Информационно-коммуникационные технологии* направлены на активизацию познавательной активности обучающихся, помогают расширить диапазон восприятия учебного материала за счет иллюстративности, широкого спектра наглядности, сделать занятие более информативным, динамичным и интересным, способствуют концентрации внимания детей, улучшению понимания и запоминания материала, повышают мотивацию к обучению (использование специального оборудования (компьютер, мультимедийный проектор, колонки); компьютерные программы Microsoft Office (Word, Power Point, Publisher), Movie Maker, редакторы Mp3DirectCut, Sound Forge Pro и др.).
- *Технология смыслового чтения* (при работе с текстом песни) направлена на формирование коммуникативных универсальных учебных действий, умений истолковывать прочитанное и формулировать свою позицию, адекватно понимать собеседника (автора), умение осознанно читать вслух и про себя тексты песен; познавательных универсальных учебных действий – умения извлекать информацию из текстов; умение на основе анализа текста делать выводы; умение находить ответы на вопросы; умение обобщать и

классифицировать по признакам. Технология является инструментом для достижения метапредметного результата.

- Элементы *технологии проблемного и диалогового обучения*. В процессе постановки перед учащимися специально созданных проблемных задач и проблемных вопросов, педагог помогает ученикам выдвигать верные и неверные предположения, в результате появляется самостоятельное решение, которое способствует процессу усвоения новых знаний.
- *Здоровьесберегающие технологии* обеспечивают нормализацию психо-эмоционального состояния детей, препятствует развитию переутомления, увеличивает продуктивность на уроках за счет смены деятельности, двигательной активности, способствует сохранению здоровья детей в целом (вокалотерапия, музыкотерапия, логоритмика, ритмотерапия и др.).
- *Игровые технологии* могут пронизывать практически всю обучающую и развивающую деятельность, способствуют развитию воображения, эмоционально-волевых процессов, повышению самооценки детей, их уверенности в себе, способствуют эмоциональной разгрузке, а также помогают обеспечить развитие мотивации, познавательного интереса. (Ритмические игры, музыкальные игры, игровой массаж (рук, пальцев), психогимнастические игры и др.

### **Методы современного музыкального обучения**

*Методы педагогики искусства (По Л.П. Масловой)*

- метод элементарного интонационного анализа музыкальных произведений;
- метод наблюдения и сравнения;
- метод игры и драматизации;
- метод творческих заданий;
- метод парадокса (контраста и неожиданности).

- *Методы стимулирования музыкальной деятельности (по Л. Дмитриевой)*

Применяются для создания эмоциональной, творческой атмосферы на уроках музыки

- метод эмоционального воздействия;
- метод создания эффекта удивления;
- метод создания ситуации успеха;
- метод создания игровых ситуаций;
- метод создания проблемно-поисковых ситуаций;

- *Методы музыкального обучения на уроках творческого типа (по Н.А. Терентьевой): словесные, наглядные, практические*

**Словесные:** беседа (беседа-рассказ, беседа-диалог), рассказ, объяснение, словесные пояснения, комментарии, спор с педагогом.

*Беседа* – диалогическая форма работы, которая помогает связать учебный материал с личным опытом учащихся, с имеющимися у них знаниями.

- *беседа-рассказ* (учитель сам подводит ребят к верным суждениям, выводам)

- *беседа-диалог* (ведущую роль играют сами ученики, учитель же только направляет беседу и подводит учащихся к верным выводам) В обоих случаях главное – постановка вопроса учителем, который способствует верному мыслительному процессу учащихся.

*Рассказ* – образное, эмоциональное повествование о художественном явлении. Он должен отличаться краткостью, содержательностью, яркостью, эмоциональностью, соответствовать возрасту детей.

*Спор с педагогом* – применяется при разборе литературных, музыкальных и живописных произведений, мультфильмов и театральных постановок. Педагогом приводится противоположное, даже нелогичное, но аргументированное мнение. Об его ошибочности можно предупредить заранее.

#### ***Наглядные:***

- *слуховая наглядность* (музыкальные произведения в записи и «живом» исполнении, звучание различных музыкальных инструментов, пересказ, чтение литературных произведений);

- *двигательная наглядность* (движения рук, жесты, мимика и пластические движения, использование приемов «зеркальности», «утрированной ошибки»);

- *зрительная наглядность* (использование иллюстраций, репродукций, слайдов, плакатов, и т.д.).

***Практические:*** направлены на формирование у школьников непосредственного умения понимать, оценивать и анализировать специфические средства художественной выразительности произведений искусства, развитие способности эстетического обобщения и суждения.

- *метод сравнения и сопоставления* (развивает умение видеть различия в схожих явлениях, а в разных – схожесть, воспитывает наблюдательность, внимание к художественным деталям);

- *метод контраста и тождества* (анализ через сравнение с другим произведением);

- *метод «перспективы» и «ретроспективы»* - аналогичен методу «забегания» вперед и «возвращения» к пройденному (*по Д.Б. Кабалевскому*);

- *метод обобщения* (выводы делают учащиеся при помощи учителя, либо, по возможности, самостоятельно).

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель:** выявление и реализация творческих исполнительских возможностей ребёнка во взаимосвязи с духовно-нравственным развитием через вхождение в мир музыкального искусства; практическое овладение



вокальным эстрадным мастерством для концертной и дальнейшей профессиональной деятельности.

### **Задачи:**

#### ***образовательные***

- формировать систему знаний, умений и навыков по основам вокала;
- способствовать овладению навыков вокального интонирования и сольфеджирования;
- способствовать овладению эстрадной манеры исполнения.
- обучать техникам вокального исполнительства (певческое устойчивое дыхание на опоре, дикционные навыки, навыками четкой и ясной артикуляции, ровности звучания голоса на протяжении всего диапазона голоса);
- формировать музыкально-ритмичные навыки;
- обучать правильному дыханию;
- обучать вокально-техническим приёмам с учётом специфики предмета «эстрадное пение»;
- формировать навыки художественной выразительности исполнения (работа над словом, раскрытием художественного содержания и выявлением стилистических особенностей произведения (фразировкой, нюансировкой, агогикой, приемами вхождения в музыкальный образ, сценической, мимической выразительности);
- способствовать овладению навыков сценического движения, умению работать с микрофоном.

#### ***развивающие***

- развивать эмоциональную сферу детей средствами вокальных занятий;
- развивать артистические способности;
- развивать музыкальный слух, память, чувство метро-ритма;
- развивать исполнительскую сценическую выдержку;
- развивать художественный вкус, оценочное музыкальное мышление;
- развивать устойчивый интерес к вокально-исполнительской деятельности.

#### ***воспитательные***

- воспитывать трудолюбие, целеустремлённость и упорство в достижении поставленных целей;
- формировать нравственные гуманистические нормы жизни и поведения;
- воспитывать культурную личность через вхождение в музыкальное искусство различных национальных традиций, стилей, эпох;
- воспитывать и развивать художественный и музыкальный вкус;
- воспитывать чувство товарищества, чувство личной ответственности.
- воспитывать нравственные качества по отношению к окружающим (доброжелательность, чувство товарищества и т.д.).

- формировать гражданскую позицию, чувство патриотизма;
- сохранить и укрепить психическое здоровье детей, приобщить ребенка к здоровому образу жизни.
- Создать комфортный психологический климат, благоприятную ситуацию успеха.

## **Планируемые результаты**

### ***Личностные результаты***

- формирование и развитие художественного вкуса, интереса к музыкальному искусству и музыкальной деятельности;
  - формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и его историю, осознание своей этнической и национальной принадлежности в процессе разучивания хоровых произведений (народных и композиторских);
  - становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций, формирование уважительного отношения к истории и культуре разных народов на основе знакомства с музыкальными произведениями разных стран и эпох;
  - формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в процессе познания произведений разных форм, стилей, эмоциональной окраски;
  - овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире путём ориентации в многообразии музыкальной действительности и участия в музыкальной жизни класса, школы, города и др.;
  - развитие мотивации к учебной деятельности и формирование личностного смысла обучения посредством раскрытия связи между музыкой и жизнью, воздействия музыки на человека;
  - формирование представлений о нравственных нормах, развитие доброжелательности и эмоциональной отзывчивости, сопереживания чувствам других людей на основе освоения музыкальных произведений, их коллективного обсуждения;
  - формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств на основе развития музыкально-эстетического сознания, проявляющего себя в эмоционально-ценностном отношении к искусству, понимании его функций в жизни человека и общества;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, связанных с исполнительской деятельностью (концерты, репетиции, плановые занятия и т.д.);
- формирование установки на безопасный здоровый образ жизни посредством развития представления о гармонии в человеке физического и духовного начал;
  - формирование мотивации к музыкальному творчеству, целеустремлённости и настойчивости в достижении цели в процессе создания ситуации успешности музыкально-творческой деятельности учащихся.

**Метапредметные** результаты характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий учащихся, проявляющихся в познавательной и практической деятельности:

- овладение способностями принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления в разных формах и видах музыкальной деятельности;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера в процессе восприятия, исполнения, оценки музыкальных произведений;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условием ее реализации в процессе познания содержания музыкальных образов; определять наиболее эффективные способы достижения результата в исполнительской и творческой деятельности;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач на занятиях;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии; позитивная самооценка своих музыкально-творческих возможностей;
- овладение навыками смыслового прочтения содержания «текстов» вокальных произведений в соответствии с целями и задачами деятельности;
- приобретение умения осознанного построения речевого высказывания о содержании, характере, особенностях языка вокальных произведений в соответствии с задачами коммуникации;
- формирование умения составлять тексты, связанные с размышлениями о вокальном произведении и личностной оценкой его содержания;
- овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, установления аналогий в процессе интонационно-образного и жанрового, стиливого анализа музыкальных сочинений и других видов музыкально-творческой деятельности;
- умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации (включая пособия на электронных носителях, обучающие музыкальные программы, цифровые образовательные ресурсы и т. п.).

### ***Предметные результаты***

#### ***Ученик научится:***

- основам музыкальных знаний (музыкальные звуки, высота, длительность звука, интервал, интонация, ритм, темп, мелодия, лад и др.);
- рассказывать о содержании прослушанных музыкальных произведений, о своих музыкальных впечатлениях и эмоциональной реакции на музыку;

- связывать художественно - образное содержание музыкальных произведений с конкретными явлениями окружающего мира;
- владеть певческими навыками, исполнять народные и композиторские песни в удобном диапазоне;
- выразительно двигаться под музыку, выражая её настроение;
- публично выступать перед аудиторией.

#### ***Получит возможность научиться:***

- исполнять в ансамбле музыкальные произведения;
- правильно формировать голосовой аппарат при извлечении звуков, а так же управлять им;
- эмоционально исполнять музыкальные произведения;
- воспроизводить по нотам, условным знакам ритмические рисунки, музыкальные произведения;
- применять полученные знания и приобретённый опыт творческой деятельности при реализации различных проектов для организации содержательного культурного досуга во внеурочной и внешкольной деятельности;
- выполнять творческие музыкально - композиционные задания, артистизма;
- правильно распределять дыхание по фразам;
- пользоваться современными средствами записи и воспроизведения музыки; применять навыки эстрадного звукообразования для музыкального образа в зависимости от его эмоционально – нравственного содержания.

#### **Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы**

Подведение итогов по результатам освоения материала данной программы проходит в следующих формах:

- наблюдение
- беседа
- занятие-постановка
- круглый стол
- устный опрос
- открытое занятие
- анкетирование
- тестирование
- творческая встреча
- творческий отчет
- мастер-класс
- тематический кроссворд
- зачет
- урок-концерт
- концерт

#### **Способы определения результативности**

Подведение итогов выполнения программы складывается из двух составляющих: внешней и внутренней деятельности солиста или коллектива.

Концерт, конкурс, фестиваль является формой диагностики музыкальных способностей и развития личности ребенка. Участие в концертах, конкурсах, фестивалях и т.д. можно отнести к внешней деятельности коллектива, а результаты участия – как своеобразный критерий оценки их деятельности.

Все дети принимают участие в концертной деятельности, но на разных уровнях, поэтому каждый найдет возможность проявить себя.

Внутренняя деятельность – это музыкальное и личностное развитие каждого учащегося.

Разработка критериев оценки образовательной деятельности учащихся проводится с учетом цели программы - создать условия для выявления, развития и реализации музыкально-творческих способностей детей через жанр эстрадного вокала.

Для подведения итогов реализации образовательной программы ежегодно используется мониторинг результатов освоения программы и результатов личностного развития.

Для подведения итогов реализации образовательной программы используется диагностика музыкальных способностей детей, в основу которой легла диагностика музыкальных способностей, разработанная Академиком Российской академии естественных наук и академии творческой педагогики К.В. Тарасовой, адаптированная к условиям дополнительного образования. (*Приложение 1*). Тесты и анкетирование используются для выявления уровня подготовки, самооценки и специфики образовательных потребностей учащихся, а также экспертной оценки педагога.

Диагностика развития вокальных навыков осуществляется с помощью диагностических контрольных заданий по следующим критериям: звуковысотный слух, вокальная техника (способ звукообразования, тембр голоса, диапазон, дикция, дыхание), эмоциональность.

Критерии определения уровня развития слуховых навыков: ладовое чувство, чувство ритма, мелодический слух, гармонический слух.

Выявление способностей к исполнительской деятельности: интонация, ритм, память, диапазон, качество певческого голоса, эмоциональность, музыкальность, особенность характера.

### **Виды контроля**

Контроль и диагностика образовательной деятельности учащихся осуществляется по трем направлениям.

*Входной контроль* проводится на первых занятиях по вокалу. Прежде всего, изучается уровень мотивации ребенка, проверяются музыкальные слух и память, чувство ритма, вокальные возможности и диапазон голоса. При поступлении детей в объединение проводится стартовая диагностика в форме прослушивания, для определения уровня природного дарования и развития вокальных данных. Критериями являются наличие музыкального слуха,

чистота интонации, чувство ритма и вокальные данные. Данные мониторинговых исследований фиксируются в разработанных мною таблицах на всем протяжении обучения воспитанника.

*Текущий контроль* практических навыков осуществляется регулярно на каждом занятии и по полугодиям через исполнение музыкальных произведений на зачете, публичные выступления. Теоретические знания проверяются по выполнению тестов.

*Промежуточный контроль* - проводится в конце учебного года через годовой зачет, где отслеживаются уровень освоения образовательной программы, динамика усвоения практических навыков, техника вокального исполнения и сценического мастерства. Промежуточная аттестация осуществляется педагогом в присутствии руководителя музыкального отдела и заведующей учебно-воспитательным процессом в учреждении. Промежуточная аттестация проводится каждые полгода в следующих формах:

- зачетные выступления по вокалу: сдача двух разнохарактерных произведений;
- концертно-исполнительская деятельность;
- тестирование (контроль усвоения теоретических результатов).
- участие в конкурсах для одаренных детей

В конце каждого полугодия обучающиеся оцениваются по следующим критериям: 1) чистота вокального интонирования; 2) выразительность, осознанность исполнения; 3) прилежание, работоспособность, дисциплинированность, активность на занятиях; 4) уровень освоения теоретического материала.

В соответствии с указанными критериями выделены три уровня освоения обучающимися образовательной программы: высокий, средний, ниже среднего.

#### *Теоретическое освоение*

Высокий уровень ставится в случае выполнения теоретических заданий без единой ошибки.

Средний уровень ставится учащемуся, если он допустил одну или две ошибки.

Уровень ниже среднего получает ребенок в том случае, если допущены три или более ошибок при выполнении теоретических заданий.

#### *Практическое освоение (исполнение репертуара)*

Высокий уровень ставится учащемуся в том случае, если в процессе обучения и на зачетном занятии он продемонстрировал; уверенное и интонационно точное исполнение музыкального произведения с учетом всех пожеланий и рекомендаций педагога, трудолюбие и дисциплинированность на занятиях; эмоциональное и выразительное исполнение музыкального номера;

Средний уровень учащийся получает, если в процессе обучения и на зачетном занятии продемонстрировал: недостаточно точное воспроизведение музыкального номера (небольшие текстовые погрешности, не совсем точное

использование различных выразительных средств); работоспособность, активность на занятиях.

Уровень ниже среднего ставится учащемуся, если в процессе обучения и на зачетном занятии продемонстрировал неточное интонирование мелодии своего исполняемого произведения, с большим количеством ошибок; неуверенное знание слов или мелодии исполняемой песни; плохое владение навыками слухового контроля за собственным исполнением.

## 2.1. Учебно-тематический план (1-й год обучения)

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>I.</b>	<b>Пение как вид музыкальной деятельности.</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	
1	Понятие о сольном и ансамблевом пении.		1	-	Беседа
2	Диагностика. Прослушивание детских голосов.			1	Наблюдение
3	Строение голосового аппарата.		1	-	Беседа
4	Правила охраны детского голоса.		1	-	Круглый стол
5	Вокально-певческая установка.		1	2	Занятие- постановка
6	Упражнения на дыхание по методике А.Н. Стрельниковой.		-	1	Зачёт
<b>II.</b>	<b>Формирование детского голоса.</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>9</b>	
1	Звукообразование.		-	2	Наблюдение
2	Певческое дыхание.		-	2	Беседа
3	Дикция и артикуляция.		1	1	Устный опрос
4	Речевые игры и упражнения.			2	Занятие- постановка
5	Вокальные упражнения.			2	Открытое занятие
<b>III.</b>	<b>Слушание музыкальных произведений, разучивание и исполнение песен.</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	
1	Народная песня.		1	1	Мастер-класс
2	Произведения русских		2	1	Круглый стол

	композиторов - классиков.				
4	Произведения современных отечественных композиторов.		2	1	Беседа
5	Сольное пение.			2	Зачёт
<b>IV.</b>	<b>Игровая деятельность, театрализация.</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>1</b>	<b>Занятие-постановка</b>
<b>VI.</b>	<b>Расширение музыкального кругозора и формирование музыкальной культуры.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	
1	Путь к успеху.		1	-	Анкетирование
2	Посещение театров, концертов, музеев и выставочных залов.		-	1	Творческая встреча
<b>VII</b>	<b>Концертно-исполнительская деятельность.</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>	
1	Репетиции.		-	3	Зачёт
2	Выступления, концерты.		-	1	Тематический концерт
	Итого:	<b>35</b>	11	24	

**Учебно-тематический план  
Второй год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>I.</b>	<b>Пение как вид музыкальной деятельности.</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	
1	Вокально-певческая установка.		1	1	Беседа
2	Певческая установка в различных ситуациях сценического действия.		1	1	Наблюдение
3	Упражнения на дыхание по методике А.Н. Стрельниковой.		-	2	Зачёт
<b>II.</b>	<b>Совершенствование вокальных навыков</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	
1	Пение с сопровождением и		2	1	Игра



	без сопровождения музыкального инструмента.				
2	Вокальные упражнения.			2	Письменный опрос
3	Артикуляционный аппарат.		1	-	Проект
4	Речевые игры и упражнения.			1	Тематический кроссворд
5	Дыхание, опора дыхания.		1	1	Зачёт
<b>III</b>	<b>Слушание музыкальных произведений, разучивание и исполнение песен.</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	
1	Народная песня (пение с сопровождением и без сопровождения музыкального инструмента).		1	2	Наблюдение
2	Произведения композиторов-классиков.		1	-	Защита реферата
3	Произведения современных отечественных композиторов.		1	-	Беседа
4	Произведения западноевропейских композиторов-классиков.		1	-	Круглый стол
5	Сольное пение.		-	3	Конкурс
<b>IV</b>	<b>Элементы хореографии.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>Тестирование</b>
<b>V.</b>	<b>Формирование музыкальной культуры и художественного вкуса.</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	
1	Путь к успеху.		2	-	Анкетирование
2	Посещение театров, концертов, музеев и выставочных залов.		-	2	
3	Встречи с вокальными детскими коллективами и обмен концертными программами.			1	Творческая встреча
<b>VI</b>	<b>Концертно-исполнительская деятельность</b>	<b>5</b>		<b>5</b>	

1	Репетиции.		-	4	
2	Выступления, концерты.		-	1	Творческий отчёт
	Итого:	35	15	20	

**Учебно-тематический план  
Третий год обучения**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>I.</b>	<b>Организация певческой деятельности учащихся в условиях занятий сценическим движением.</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	
1	Сценическое движение и художественный образ песни.		1	1	Наблюдение
2	Виды, типы сценического движения.		-	1	Тестирование
3	Соотношение движения и пения		-	3	Устный опрос
4	Упражнения на дыхание по методике А.Н. Стрельниковой.		1	3	Зачёт
<b>II.</b>	<b>Совершенствование вокальных навыков</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	
1	Вокальные упражнения.		1	1	Анкетирование
2	Речевые игры и упражнения		-	2	Игра
<b>III.</b>	<b>Слушание музыкальных произведений, разучивание и исполнение песен.</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	
1	Народная песня		1	1	Конкурс
2	Произведения композиторов-классиков.		1	1	Письменный опрос
3	Произведениями современных отечественных композиторов.		1	1	Защита реферата
4	Произведениями западноевропейских композиторов-классиков.		1	-	Круглый стол
5	Сольное пение.		1	2	Зачёт
<b>IV.</b>	<b>Элементы хореографии.</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	Открытое занятие
<b>V.</b>	<b>Актёрское мастерство.</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	театрализованн

					ая игра
<b>VI</b>	<b>Формирование музыкальной культуры и художественного вкуса.</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	
1	Путь к успеху.		1	-	Тематический кроссворд
2	Посещение театров, концертов, музеев и выставочных залов.			1	наблюдение
3	Встречи с вокальными детскими коллективами и обмен концертными программами.			1	Творческая встреча
<b>VI</b>	<b>Концертно-исполнительская деятельность</b>	<b>4</b>		<b>4</b>	
1	Репетиции			2	Наблюдение
2	Выступления, концерты.			2	праздник
	Итого:	35	10	25	

### Содержание программы Первый год обучения

#### *Тема I. Пение как вид музыкальной деятельности (8 часов)*

1.1. Понятие о сольном и ансамблевом пении. Пение как вид музыкально-исполнительской деятельности. Общее понятие о солистах, вокальных ансамблях (дуэте, трио, квартете, квинтете, секстете, октете), хоровом пении. Организация занятий с певцами-солистами и вокальным ансамблем. Правила набора голосов в партии ансамбля. Понятие об ансамблевом пении. Разновидности ансамбля как музыкальной категории (общий, частный, динамический, тембровый, дикционный). Ансамбль в одноголосном и многоголосном изложении.

1.2. Диагностика. Прослушивание детских голосов. Предварительное ознакомление с голосовыми и музыкальными данными учеников. Объяснение целей и задач вокальной студии. Строение голосового аппарата, техника безопасности, включающая в себя профилактику перегрузки и заболевания голосовых связок.

1.3. Строение голосового аппарата. Основные компоненты системы голосообразования: дыхательный аппарат, гортань и голосовые связки, артикуляционный аппарат. Формирование звуков речи и пения – гласных и согласных. Функционирование гортани, работа диафрагмы. Работа артикуляционного аппарата. Верхние и нижние резонаторы. Регистровое строение голоса.

1.4. Правила охраны детского голоса. Характеристика детских голосов и возрастные особенности состояния голосового аппарата. Мутация голоса. Предмутационный, мутационный и постмутационный периоды развития голоса у девочек и мальчиков. Нарушения правил охраны детского голоса: форсированное пение; несоблюдение возрастного диапазона и завышенный вокальный репертуар; неправильная техника пения (использование приёмов, недоступных по физиологическим возможностям детям определённого возраста), большая продолжительность занятий, ускоренные сроки разучивания новых произведений, пение в неподходящих помещениях.

1.5. Вокально-певческая установка. Понятие о певческой установке. Правильное положение корпуса, шеи и головы. Пение в положении «стоя» и «сидя». Мимика лица при пении. Положение рук и ног в процессе пения. Система в выработке навыка певческой установки и постоянного контроля за ней.

1.6. Упражнения на дыхание по методике А.Н. Стрельниковой. Тренировка легочной ткани, диафрагмы («дыхательный мускул»), мышц гортани и носоглотки. Упражнения: «Ладшки», «Погончики», «Маленький маятник», «Кошечка», «Насос», «Обними плечи», «Большой маятник».

## ***Тема II. Формирование детского голоса (10 часов)***

2.1. Звукообразование. Образование голоса в гортани; атака звука (твёрдая, мягкая, придыхательная); движение звучащей струи воздуха; образование тембра. Интонирование. Типы звуковедения: legato и non legato. Понятие кантиленного пения. Пение staccato. Слуховой контроль за звукообразованием.

2.2. Певческое дыхание. Основные типы дыхания: ключичный, брюшной, грудной, смешанный (косто-абдоминальный). Координация дыхания и звукообразования. Правила дыхания – вдоха, выдоха, удерживания дыхания. Вдыхательная установка, «зевок». Воспитание чувства «опоры звука» на дыхании. Пение упражнений: на crescendo и diminuendo с паузами; специальные упражнения, формирующие певческое дыхание.

2.3. Дикция и артикуляция. Понятие о дикции и артикуляции. Положение языка и челюстей при пении; раскрытие рта. Соотношение положения гортани и артикуляционных движений голосового аппарата. Развитие навыка резонирования звука. Формирование высокой певческой форманты. Соотношение дикционной чёткости с качеством звучания. Формирование гласных и согласных звуков. Правила орфоэпии.

2.4. Речевые игры и упражнения (по принципу педагогической концепции Карла Орфа). Развитие чувства ритма, дикции, артикуляцию, динамических оттенков. Знакомство с музыкальными формами. Учить детей при исполнении упражнения сопровождать его выразительностью, мимикой, жестами. Раскрытие в детях творческого воображения фантазии, доставление радости и удовольствия.

2.5. Комплекс вокальных упражнений для развития певческого голоса. Концентрический метод обучения пению. Его основные положения. Упражнения на укрепление примарной зоны звучания детского голоса;

выравнивание звуков в сторону их «округления»; пение в нюансе mf для избежания форсирования звука.

Фонетический метод обучения пению. Основные положения. Упражнения на сочетание различных слогов-фонем. Усиление резонирования звука. Метод аналитического показа с ответным подражанием услышанному образцу. Унисонные упражнения. Пение упражнений с сопровождением и без сопровождения музыкального инструмента.

формирование певческих навыков: мягкой атаки звука; звуковедение legato при постепенном выравнивании гласных звуков; свободного движения артикуляционного аппарата; естественного вдоха и постепенного удлинения дыхания.

### ***Тема III. Слушание музыкальных произведений, разучивание и исполнение песен (10 часов)***

3.1. Работа с народной песней. Освоение жанра народной песни, её особенностей: слоговой распевности, своеобразия ладовой окрашенности, ритма и исполнительского стиля в зависимости от жанра песни. Освоение своеобразия народного поэтического языка. Освоение средств исполнительской выразительности в соответствии с жанрами изучаемых песен. Пение оригинальных народных песен без сопровождения. Пение обработок народных песен с сопровождением музыкального инструмента. Исполнение народной песни сольно и вокальным ансамблем.

3.2. Работа с произведениями русских композиторов-классиков. Освоение классического вокального репертуара для детей. Освоение средств исполнительской выразительности: динамики, темпа, фразировки, различных типов звуковедения и т.д.

3.3. Работа с произведениями современных отечественных композиторов. Работа над сложностями интонирования, строя и ансамбля в произведениях современных композиторов. Пение соло и в ансамбле. Работа над выразительностью поэтического текста и певческими навыками. Исполнение произведений с сопровождением музыкальных инструментов. Пение в сочетании с пластическими движениями и элементами актерской игры. Овладение элементами стилизации, содержащейся в некоторых произведениях современных композиторов.

3.4. Работа с солистами. Устранение неравномерности развития голосового аппарата и голосовой функции, развитие интонационного эмоционального и звуковысотного слуха, способности эмоционального и звуковысотного интонирования

### ***Тема IV. Игровая деятельность, театрализация песни (1 час)***

Разучивание движений, создание игровых и театрализованных моментов для создания образа песни

### ***Тема V. Расширение музыкального кругозора и формирование музыкальной культуры (2 часа)***

5.1. Прослушивание аудио- и видеозаписей. индивидуальное собственное исполнение). Обсуждение, анализ и умозаключение в ходе прослушивания

аудио- и видеозаписей.–Формирование вокального слуха учащихся, их способности слышать достоинства и недостатки звучания голоса; анализировать качество пения, как профессиональных исполнителей, так и своей группы (а также

5.2. Посещение театров, концертов, музеев и выставочных залов. Обсуждение своих впечатлений, подготовка альбомов, стендов с фотографиями, афишами. Сбор материалов для архива студии.

***Тема VI. Концертная деятельность. Выступление солистов и группы (ансамбль) (4 часа).***

В связи с целями и задачами, поставленными на данный учебный год, а также с характером творческих мероприятий и конкурсов, содержание тематического планирования может видоизменяться.

## **Содержание программы**

### **Второй год обучения**

***Тема I. Пение как вид музыкальной деятельности (6 часов)***

1.1. Закрепление навыков певческой установки. Специальные упражнения, закрепляющие навыки певческой установки. Пение в положении «сидя» и «стоя». Положение ног и рук при пении. Контроль за певческой установкой в процессе пения.

1.2. Певческая установка в различных ситуациях сценического действия. Певческая установка и пластические движения: правила и соотношение. Пение с пластическими движениями в положении «сидя» и «стоя». Максимальное сохранение певческой установки при хореографических движениях (элементах) в медленных и средних темпах. Соотношение пения с мимикой лица и пантомимой.

1.3 Упражнения на дыхание по методике А.Н. Стрельниковой.

Тренировка легочной ткани, диафрагмы («дыхательный мускул»), мышц гортани и носоглотки. Упражнения: «Ладошки», «Погончики», «Маленький маятник», «Кошечка», «Насос», «Обними плечи», «Большой маятник».

***Тема II. Совершенствование вокальных навыков (9 часов)***

2.1. Пение с сопровождением и без сопровождения музыкального инструмента. Работа над чистотой интонирования в произведениях с сопровождением и без сопровождения музыкального инструмента (фортепиано, баян, аккордеон, гитара). Работа над развитием вокального, мелодического и гармонического слуха. Слуховой контроль над интонированием. Специальные приёмы работы над навыками мелодического и гармонического строя при пении.

2.2. Комплекс вокальных упражнений по закреплению певческих навыков у учащихся. Концентрический и фонетический метод обучения пению в процессе закрепления певческих навыков у учащихся. Закрепление певческих навыков у детей: мягкой атаки звука; звуковедение legato и non legato при постоянном выравнивании гласных звуков в сторону их «округления»; свободное движение артикуляционного аппарата; естественного входа и постепенного удлинения выдоха – в сочетании с

элементарными пластическими движениями и мимикой лица. Работа по усилению резонирования звука при условии исключения форсирования звука. Метод аналитического показа с ответным подражанием услышанному образцу. Упражнения второго уровня

2.3. Развитие артикуляционного аппарата. Формирование гласных и согласных звуков в пении и речи. Закрепление навыка резонирования звука. Скороговорки в пении и речи – их соотношение. Соотношение работы артикуляционного аппарата с мимикой и пантомимикой при условии свободы движений артикуляционных органов. Формирование высокой и низкой певческой форманты.

2.4. Речевые игры и упражнения (по принципу педагогической концепции Карла Орфа).

Развитие чувства ритма, дикции, артикуляцию, динамических оттенков. Учить детей при исполнении упражнения сопровождать его выразительностью, мимикой, жестами. Раскрытие в детях творческого воображения фантазии, доставление радости и удовольствия.

2.5. Укрепление дыхательных функций в пении. Упражнения, тренирующие дозирование «вдоха» и удлинённого выдоха. Воспитание чувства «опоры» звука на дыхании в процессе пения. Специальные дыхательные упражнения (шумовые и озвученные). Пение с паузами и формированием звука.

### ***Тема III. Работа над певческим репертуаром (9 часов)***

3.1. Работа с народной песней (пение с сопровождением и без сопровождения музыкального инструмента). Работа над чистотой интонации и певческими навыками в народной песне. Пение соло и в ансамбле. Работа над выразительностью поэтического текста (в речи и пении). Исполнение народной песни в сочетании с пластическими движениями и элементами актерской игры. Народная песня в сопровождении музыкальных инструментов (фортепиано, аккордеон.).

3.2. Работа с произведениями композиторов-классиков. Работа над чистотой интонирования, строем и ансамблем в классических произведениях. Работа над выразительностью поэтического текста, певческими навыками. Работа над выразительностью исполнения классических произведений на основе учёта их психологического подтекста.

3.3. Работа с произведениями современных отечественных композиторов. Работа над сложностями интонирования, строя и ансамбля в произведениях современных композиторов. Пение соло и в ансамбле. Работа над выразительностью поэтического текста и певческими навыками. Исполнение произведений с сопровождением музыкальных инструментов. Пение в сочетании с пластическими движениями и элементами актерской игры. Овладение элементами стилизации, содержащейся в некоторых произведениях современных композиторов.

3.4. Работа над произведениями западноевропейских композиторов-классиков. Освоение классического вокального репертуара для детей (Р. Шуман, Ф. Шуберт, Л. Бетховен и др.). Жанры произведений композиторов-классиков: песня, вокальная миниатюра, баллада. Освоение средств

исполнительской выразительности: динамики, темпа, фразировки, различных типов звуковедения и т.д. Исполнение произведений с сопровождением и без сопровождения музыкального инструмента. Пение соло и в ансамбле.

3.5. Работа с солистами. Развитие показателей певческого голосообразования как осознанного умения произвольно включать отдельные элементы эстрадного певческого тона, осознанно удерживать их на музыкальном материале, соответствующем возрасту. Освоение музыкальной грамоты.

#### ***Тема IV. Элементы хореографии (2 часа)***

Разучивание движений для передачи образа песни.

#### ***Тема V. Формирование музыкальной культуры и художественного вкуса (4 часа)***

5.1. Прослушивание аудио- и просмотр видеозаписей концертов профессиональных певцов. Формирование вокального слуха учащихся, их способностей слышать и анализировать качественные характеристики голоса профессиональных певцов и своей группы (индивидуальное и ансамблевое исполнение). Обсуждение и анализ сценического поведения и актёрского мастерства при создании художественного образа профессиональными артистами.

5.2. Посещение музеев, выставочных залов, концертов, театров. Формирование основ общей и музыкальной культуры и расширение кругозора учащихся путем приобщения их к духовным ценностям разных народов. Обсуждение своих впечатлений и подготовка материалов для выставок, альбомов, стендов и т.д. Сбор материалов для архива студии.

5.3. Встречи с вокальными детскими коллективами и обмен концертными программами. Формирование навыков общения со сверстниками, занимающимися аналогичной творческой деятельностью. Обмен художественным опытом в целях повышения творческого уровня учащихся студии.

#### ***Тема VI. Концертная деятельность (5 часов)***

Выступление солистов и группы (ансамбль)). В связи с целями и задачами, поставленными на данный учебный год, а также с характером творческих мероприятий и конкурсов, содержание тематического планирования может видоизменяться.

## **Содержание программы**

### **Третий год обучения**

#### ***Тема I. Организация певческой деятельности учащихся в сочетании с занятиями сценическим движением (10 часов)***

1.1. Понятие о сценическом движении и его роль в создании художественного образа песни. Поведение на сцене. Различие между сценическим движением актера и хореографией. Художественный образ и его создание. Специальные упражнения и этюды.



1.2. Виды, типы сценического движения. Связь различных видов и типов сценического движения с задачами вокального исполнения.

1.3. Соотношение движения и пения в процессе работы над вокальными произведениями. Понятие о стилевых особенностях вокальных произведений (песня, классика, сочинения современных авторов). Выбор сценических движений в соответствии со стилем вокальных произведений при условии сохранения певческой установки. Отработка фрагментов вокальных произведений в сочетании с пластическими и сценическими движениями.

1.4 Упражнения на дыхание по методике А.Н. Стрельниковой.

Тренировка легочной ткани, диафрагмы («дыхательный мускул»), мышц гортани и носоглотки. Упражнения: «Ладошки», «Погончики», «Маленький маятник», «Кошечка», «Насос», «Обними плечи», «Большой маятник», «Шаги», «Перекаты», «Ушки», «Повороты головы».

### ***Тема II. Совершенствование вокальных навыков (4 часа)***

2.1. Усложнение комплексов вокальных упражнений по совершенствованию вокальных навыков учащихся. Упражнения второго уровня – совершенствование певческих навыков: утверждение мягкой атаки звука как основной формы звукообразования; навык кантиленного пения при сохранении единого механизма образования гласных звуков; сохранение вдыхательной установки и развитие навыка пения на опоре дыхания. Концентрический и фонетический метод обучения пению. Метод аналитического показа с ответным подражанием услышанному образцу. Пение в «щадящем» режиме звучания голоса на нюансах *tr-mf*.

2.4. Речевые упражнения (по принципу педагогической концепции Карла Орфа).

Развитие чувства ритма, дикции, артикуляцию, динамических оттенков. Исполнение упражнения сопровождать его выразительностью, мимикой, жестами.

### ***Тема III. Работа над певческим репертуаром (9 часов)***

3.1. Работа с народной песней. Работа над чистотой интонации и средствами музыкальной выразительности в народной песне. Работа над стилевыми особенностями в народной песне в зависимости от её жанра. Пение соло и в ансамбле. Работа над созданием (углублением) художественного образа путём использования элементов пластических и сценических движений. Пение без сопровождения и с сопровождением музыкального инструмента (оркестром или ансамблем народных инструментов); под фонограмму. Самостоятельный подбор сценических движений к народной песне.

3.2. Работа с произведениями русских композиторов-классиков. Работа над чистотой интонирования, строем и ансамблем в классических произведениях. Пение соло и в ансамбле. Освоение характерных особенностей композиторского стиля русских классиков (интонации, фразировки, темпов, динамики и др.) Освоение исполнительского стиля произведений русской классической музыки для детей в зависимости от жанра произведения. Пение с сопровождением музыкального инструмента (фортепиано,

инструментальный ансамбль). Пение под фонограмму. Самостоятельный анализ сольных и ансамблевых записей, сделанных в процессе обучения в студии.

3.3. Работа с произведениями современных отечественных и зарубежных композиторов. Работа над сложностями интонации, строя и ансамбля в произведениях современных композиторов. Разнообразие вокально-исполнительских приемов (глиссандо, придыхательная атака звука, резкие переходы в различные регистры и т.д.). Пение соло и в ансамбле. Работа по овладению элементами стилизации, содержащейся в некоторых произведениях современных авторов. Пение с сопровождением и под фонограмму с использованием сценических движений.

3.4. Работа над произведениями западноевропейских композиторов-классиков. Работа над интонацией, строем и ансамблем, освоение более сложных вокально-исполнительских приемов. Пение соло и в ансамбле. Освоение характерных особенностей композиторского и исполнительского стиля в произведениях западноевропейских композиторов-классиков в зависимости от жанра сочинения. Пение с сопровождением и под фонограмму. Самостоятельный анализ сольных и ансамблевых записей, сделанных в процессе обучения в студии. Творческие задания для самостоятельной работы.

3.5. Работа с солистами. Устранение неравномерности развития голосового аппарата и голосовой функции в певческой деятельности, развитие физиологического диапазона, стабилизация певческого выдоха, формирование и стабилизация высокочастотного ротового резонатора, формирование и стабилизация низкочастотного резонатора, синтез всего перечисленного в эстрадном певческом тоне. Перенос технологии со специальных координационно-тренировочных упражнений на конкретный музыкальный материал. Пение по нотам.

#### ***Тема IV. Элементы хореографии (3 часа)***

Разучивание движений для передачи образа песни.

#### ***Тема V. Актёрское мастерство (2 часа)***

Умение передать посредством мимики и жестов эмоциональное содержание песни.

#### ***Тема VI. Формирование музыкальной культуры и художественного вкуса (3 часа)***

6.1. Прослушивание аудио- и просмотр видеозаписей профессиональных певцов, посещение театров, музеев, концертов. Продолжение работы по формированию основ общей и музыкальной культуры учащихся и расширению их кругозора. Формирование навыков общения со сверстниками, занимающимися творческой деятельностью. Обсуждение прослушиваний и просмотров записей выступлений профессиональных артистов и различных ансамблей. Сбор материалов для архива студии. Подготовка стендов, альбомов по итогам выступлений участников студии (индивидуальные творческие задания).

6.2. Анализ музыкальных произведений.

## ***Тема VII. Концертная деятельность (4 часа)***

В связи с целями и задачами, поставленными на данный учебный год, а также с характером творческих мероприятий и конкурсов, содержание тематического планирования может видоизменяться.

### **2.2 Условия реализации программы**

#### **Методическое обеспечение:**

- Методика дыхательной гимнастики А.Н. Стрельниковой (*Приложение 2*);
- «Метод Кофлера-Лобановой-Лукьяновой» (*Приложение 3*);
- Педагогическая концепция Карла Орфа (*Приложение 4*);
- Упражнения для распевания, фонопедический метод В.В.Емельянова (*Приложение 5*).

#### **Музыкально-дидактические материалы:**

- записи фонограмм в режиме «+» и «-».
- нотный материал;
- электронные ресурсы;
- записи аудио, видео, формат CD, MP3;
- записи выступлений, концертов;

#### **Материально-техническое обеспечение**

- наличие контингента обучающихся.
- специальный кабинет (кабинет музыки);
- музыкальные инструменты (фортепиано, синтезатор);
- музыкальный центр, компьютер, мультимедийный проектор, колонки, микрофоны;
- актовый зал с необходимым техническим оборудованием: акустической звуковоспроизводящей аппаратурой (колонки, усилитель, пульт с коммуникациями)

#### **Информационное обеспечение**

- аудио-, видео-, фото-, интернет источники;

#### **Кадровое обеспечение**

- педагог дополнительного образования (учитель музыки)

### Используемая литература

1. Абелян Л. М. Забавное сольфеджио. Учебное пособие для детей дошкольного и младшего школьного возраста – М. Издательское объединение «Композитор» 1992.
2. Абелян Л. М. Как Рыжик научился петь. Учебное пособие для детей дошкольного и младшего школьного возраста – М. Издательство «Советский композитор» 1989.
3. Бореев Ю.Б. Эстетика: Учебник для студентов высших учебных заведений – М. Высшая школа 2002.
4. Вахромеев В. А. Элементарная теория музыки – М. Издательство «Музыка» 1966.
5. Власенко О.П. Музыкально-эстетическое воспитание школьников / (О.П. Власенко). – Волгоград: Издательство «Учитель» 2007.
6. Гарина З. Голос. Музыкальная грамота для вокалистов – М. Издательство АСТ 2015.
7. Гонтаренко Н. Б. Уроки сольного пения. Вокальная практика – Ростов-на-Дону Феникс 2015.
8. Джазовый вокальный тренинг. Методическое пособие для студентов актерских курсов. - Санкт-Петербургская государственная академия театрального искусства 2013.
9. Живов В. Л. Хоровое исполнительство. Теория, методика, практика. Учебное пособие для ВУЗов – М. Гуманит.изд.центр ВЛАДОС 2003.
10. Искусство вокала. Вокально-джазовые упражнения для голоса в сопровождении фортепиано. Ровнер В. – СПб. Издательство «Невская НОТА» 2010.
11. Кабалевский Д. В. Как рассказывать детям о музыке? Книга для учителя – М. «Просвещение» 2005.
12. Камозина О. П. Неправильное сольфеджио, в котором вместо правил – песенки, картинки и разные истории – Ростов-на Дону Феникс 2012.
13. Каплунова И. М., Новоскольцева И. А. Этот удивительный ритм. Развитие чувства ритма у детей. Пособие для воспитателей и музыкальных руководителей детских дошкольных учреждений - Издательство «Композитор» Санкт-Петербург 2005.
14. Карягина А. В. Современный вокал. Методические рекомендации – СПб. Издательство «Композитор» 2012.
15. Крюкова В. В. Музыкальная педагогика – Ростов-на Дону Феникс 2002.
16. Льговская Н. И. Организация и содержание музыкально-игровых досугов детей старшего возраста – М. АЙРИС-пресс 2007.
17. Малахова Л. В. Музыкальное воспитание детей дошкольного возраста. Методическое пособие – Ростов-на-Дону Феникс 2008.
18. Мерзлякова С. И. Учим петь детей 3-4 лет – Творческий центр Сфера 2014.
19. Мерзлякова С. И. Учим петь детей 4-5 лет – Творческий центр Сфера 2014.

20. Мерзлякова С. И. Учим петь детей 5-6 лет – Творческий центр Сфера 2014.
21. Морозов В. П. Искусство резонансного пения. Основы резонансной теории и техники – М. 2002.
22. Погребинская М. Музыкальные скороговорки – Издательство «Композитор» Санкт-Петербург 2007.
23. Поляковой О. Программа эстрадного коллектива «Глобус» Москва.
24. Поплянова Е. Уроки господина канона. Веселые игры и всякая всячина для детей. Методическое пособие. Учебное пособие - Издательство «Композитор» Санкт-Петербург 2009.
25. Пчелкина Т. Диагностика и развитие музыкальных способностей. Дидактические игры на занятиях с младшими школьниками – М. Чистые пруды 2006.
26. Середа В. П. Каноны. Младшие классы – М. Издательство «Классика XXI» 2009.
27. Смирнова М.Н. Мониторинг результативности образовательного процесса в эстрадной вокальной студии «Цветные сны» - «Маршрутами профессионального роста» Сборник материалов по итогам выставки «Аттестационные работы слушателей КПК» Выпуск 1. Санкт- Петербург 2014г.
28. Франио Г. Роль в ритмике в эстетическом воспитании детей. Учебное пособие для детей дошкольного и младшего школьного возраста – М. «Советский композитор» 1989.
29. Щемененко А. В. Топотушки – хлопотушки. Ритмика и вокальное воспитание для детей – Ростов-на Дону «Феникс» 2011.
30. Щетинин М. Н. Стрельниковская дыхательная гимнастика для детей. Методическое пособие. – М. АЙРИС-пресс 2007.
31. Ядровской Ю. А. Программа «Студии эстрадного вокала» 2012г.

***Используемые интернет – ресурсы***

<https://infourok.ru/sbornik-vokalnye-uprazhneniya-dlya-detej-4369696.html>  
<https://jliza.ru/polza-peniya-dlya-detei.html>  
<http://www.a-pesni.golosa.info/baby/Baby.htm>  
<http://talismanst.narod.ru/>  
<http://www.fonogramm.net/songs/14818>  
<http://www.vstudio.ru/muzik.htm>  
<https://www.youtube.com/playlist?list=PLkgXPU-RsqWWIsjACucFc-RMXHWnGvzrE>

## МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ МУЗЫКАЛЬНЫХ СПОСОБНОСТЕЙ ДЕТЕЙ К.В. ТАРАСОВОЙ

### *Оценочные материалы*

Диагностика развития вокальных навыков осуществляется с помощью диагностических контрольных заданий по следующим критериям: звуковысотный слух, вокальная техника (способ звукообразования, тембр голоса, диапазон, дикция, дыхание), эмоциональность.

Критерии определения уровня развития слуховых навыков: ладовое чувство, чувство ритма, мелодический слух, гармонический слух.

Выявление способностей к исполнительской деятельности: интонация, ритм, память, диапазон, качество певческого голоса, эмоциональность, музыкальность, особенность характера. Система контроля результативности обучения:

#### **Первый год обучения.**

Вводный контроль осуществляется на первом году обучения в начале учебного года. Цель вводного контроля: прослушивание, определение голосового диапазона, оценивание умений, знаний.

Также на первом году обучения проводится тематический контроль, целью которого является проверка полученных на каждом уроке знаний.

В конце учебного года – итоговый контроль, который проходит в виде отчётного концерта. Результаты вносятся в ведомость итогового контроля.

#### **Второй год обучения.**

На втором году обучения учащиеся проходят предварительное прослушивание (вводный контроль). Цель вводного контроля: прослушивание, определение голосового диапазона, оценивание умений, знаний, проверка уровня вокально-хоровой подготовки учащегося, определение в группу (солисты или хор).

Тематический контроль осуществляется на последнем занятии после изучения данной темы. Во время тематического контроля солисты или хор (в зависимости от исследуемого качества пения) исполняют вокальное музыкальное произведение. Результаты (уровень) вокальных умений вносятся в специальную ведомость.

Итоговый контроль: проводится в конце учебного года согласно графику (расписанию) проведения отчётного концерта. Основной формой проведения итогового контроля является отчётный концерт. Результаты вносятся в ведомость итогового контроля.

Формы предъявления результатов:

- отзывы учащихся и родителей,
- отчётный концерт
- участие в конкурсах и фестивалях.

Контрольно-оценочные материалы

1 год обучения

#### **Тема 1. Организационное занятие.**

Задание: Спеть любую распевку, попевку, выполнить дыхательное упражнение, обращая внимание на качество интонирования, знание мелодии и текста распевок, попевок и дыхательных упражнений.

Критерии оценки:

*Высокий уровень:* Знание мелодии и текста попевок, распевов и дыхательных упражнений. Внимательное пение, способность улучшить качество пения. Лёгкость в исполнении попевок, распевов. Умение исполнить распевку в быстром темпе.

*Средний уровень:* Знание мелодии и текста попевок, распевов и дыхательных упражнений. Не всегда понимает, как можно улучшить качество пения. Трудности в исполнении распевки в быстром темпе.

*Низкий уровень:* Обучающийся не знает мелодию и текст распевов, попевок. Поёт неуверенно. Исполняет попевки и распевки только по партитуре. Правильно выполняет дыхательные упражнения.

## **Тема 2. Певческая установка. Певческое дыхание. Цепное дыхание.**

Задание: Исполнение (пение) куплета и припева песни русского композитора по одному или дуэтом, обращая внимание певческую установку, качество интонирования и используемый вид дыхания.

Критерии оценки:

*Высокий уровень:* Обучающийся владеет и соблюдает правильную певческую установку. Обучающийся использует диафрагматическое дыхание, умеет использовать цепное дыхание (при пении дуэтом, группой). Дышит между фразами, не разрывая слова. Дыхание спокойное. Обучающийся рассчитывает певческое дыхание на длинную фразу.

*Средний уровень:* Обучающийся владеет и соблюдает правильную певческую установку. Обучающийся использует диафрагматическое дыхание только в начале пения, а далее использует только грудное. Умеет использовать цепное дыхание (при пении небольшим ансамблем, в группе). Дышит между фразами, но не всегда дыхания хватает на длинную фразу.

*Низкий уровень:* Обучающийся владеет и соблюдает правильную певческую установку. Обучающийся использует только грудное дыхание. Берёт дыхание только на небольшую фразу. Не умеет рассчитывать дыхание на длинную музыкальную фразу. Во время цепного дыхания дышит одновременно с другим певцом (хористом).

## **Тема 3. Музыкальный звук. Высота звука. Основы чистого интонирования. Унисон.**

Задание: Исполнение (пение) куплета и припева песни русского композитора по одному и дуэтом (пение в унисон), обращая внимание на качество интонирования и умение петь в унисон.

Критерии оценки:

*Высокий уровень:* Чистое интонирование мелодии песни. Понимание основы чистого унисона и умелое пение унисона в дуэте и в хоре.

*Средний уровень:* Чистое интонирование мелодии песни. Понимание основы чистого унисона, но неточное пение в унисон.

*Низкий уровень:* Чистое интонирование только с помощью учителя. Отсутствие унисона.

## **Тема 4. Основные правила звуковедения. Виды штрихов и дирижёрские жесты.**

Задание: Исполнение (пение) куплета и припева песни русского композитора по одному, обращая внимание на качество интонирования, использования обучающимся штрихов и понимания певцом дирижёрских жестов.

Критерии оценки:

*Высокий уровень:* Понимание обучающимся дирижёрских жестов, исполнение мелодии любым предложенным штрихом.

*Средний уровень:* Обучающийся понимает дирижёрский жест, но допускает незначительные ошибки во время исполнения мелодии.

*Низкий уровень:* Обучающийся исполняет мелодию нужным штрихом только по словесному объяснению и демонстрационному показу учителем. Дирижёрский жест не понимает.

### **Тема 5. Правильная дикция и артикуляция.**

Задание: Исполнение (пение) куплета и припева песни русского композитора по одному, дуэтом или небольшим ансамблем, обращая внимание на качество интонирования, дикцию и артикуляцию.

Критерии оценки:

*Высокий уровень:* Обучающийся знает особенности певческой дикции и артикуляции. Соблюдает правила во время пения. Чисто интонирует мелодию, понимает дирижёрский жест.

*Средний уровень:* Обучающийся знает особенности певческой дикции и артикуляции. Соблюдает правила во время пения, но иногда допускает ошибки. Чисто интонирует мелодию, понимает дирижёрский жест.

*Низкий уровень:* Обучающийся знает особенности певческой дикции и артикуляции, но не умеет использовать теоретические знания на практике. Неточно интонирует мелодию, понимает дирижёрский жест.

### **Тема 6. Формирование исполнения.**

Задание: Исполнение (пение) куплета и припева песни русского композитора детским хоровым коллективом, обращая внимание на качество интонирования, соблюдение ансамбля в хоре.

Критерии оценки:

*Высокий уровень:* Обучающиеся чисто интонируют мелодию. Чистое унисонное интонирование в любых темпах и ладах со сложным ритмическим рисунком. Исполняют несложные двухголосные песни без сопровождения. Знают и соблюдают основы цепного дыхания.

*Средний уровень:* Обучающиеся чисто интонируют мелодию, но иногда допускают ошибки. Чистое унисонное интонирование в умеренном темпе. Исполняют несложные двухголосные песни, с незначительной гармонической поддержкой аккомпанемента. Знают и соблюдают основы цепного дыхания.

*Низкий уровень:* Обучающиеся допускают ошибки при пении. Отсутствует унисонное интонирование мелодии. Исполняют лёгкие двухголосные песни только с гармонической поддержкой аккомпанемента. При пении песни не соблюдают основы цепного дыхания.

### **Тема 7. Формирование сценической культуры. Работа над образом.**

Задание: Исполнение (пение) песни русского композитора детским хоровым коллективом, обращая внимание на качество интонирования, умения донести образ до слушателей, умения держаться на сцене.

Критерии оценки:



*Высокий уровень:* Чистое интонирование мелодии, пение в характере песни. Уверенная манера поведения на сцене, умение выполнять несложные движения под музыку. Умение держать микрофон без рекомендаций учителя. В завершении песни-поклон.

*Средний уровень:* Чистое интонирование мелодии. Во время пения отводит микрофон от губ, на сцене держится скованно. Движения под музыку забывает. В конце пения выполняет поклон только после напоминания учителем.

*Низкий уровень:* Чистое интонирование мелодии. Во время пения с микрофоном обучающийся забывает текст песни, убирает микрофон от губ. Движения под музыку не выполняет. Поёт не в образе музыкального произведения. В конце пения не кланяется, а поспешно уходит со сцены.

## **2 год обучения**

### **Тема 1. Организационное занятие.**

Задание: Спеть любую распевку, попевку, выполнить дыхательное упражнение, обращая внимание на качество интонирования, знание мелодии и текста распевок, попевок и дыхательных упражнений.

Критерии оценки:

*Высокий уровень:* Знание мелодии и текста попевок, распевок и дыхательных упражнений. Внимательное пение, способность улучшить качество пения. Лёгкость в исполнении попевок, распевок. Умение исполнить распевку в быстром темпе.

*Средний уровень:* Знание мелодии и текста попевок, распевок и дыхательных упражнений. Не всегда понимает, как можно улучшить качество пения. Трудности в исполнении распевки в быстром темпе.

*Низкий уровень:* Обучающийся не знает мелодию и текст распевок, попевок. Поёт неуверенно. Исполняет попевки и распевки только по партитуре. Правильно выполняет дыхательные упражнения.

### **Тема 2. Певческая установка. Певческое дыхание. Цепное дыхание.**

Задание: Исполнение (пение) куплета и припева песни зарубежного и русского композитора по одному или дуэтом, обращая внимание певческую установку, качество интонирования и используемый вид дыхания.

Критерии оценки:

*Высокий уровень:* Обучающийся владеет и соблюдает правильную певческую установку. Обучающийся использует диафрагматическое дыхание, умеет использовать цепное дыхание (при пении дуэтом, группой). Дышит между фразами, не разрывая слова. Дыхание спокойное. Обучающийся рассчитывает певческое дыхание на длинную фразу.

*Средний уровень:* Обучающийся владеет и соблюдает правильную певческую установку. Обучающийся использует диафрагматическое дыхание только в начале пения, а далее использует только грудное. Умеет использовать цепное дыхание (при пении небольшим ансамблем, в группе). Дышит между фразами, но не всегда дыхания хватает на длинную фразу.

*Низкий уровень:* Обучающийся владеет и соблюдает правильную певческую установку. Обучающийся использует только грудное дыхание. Берёт дыхание только на небольшую фразу. Не умеет рассчитывать дыхание на длинную музыкальную фразу. Во время цепного дыхания дышит одновременно с другим певцом (хористом).

### **Тема 3. Музыкальный звук. Высота звука. Основы чистого интонирования. Унисон.**

Задание: Исполнение (пение) куплета и припева песни зарубежного композитора по одному и дуэтом (пение в унисон), обращая внимание на качество интонирования и умение петь в унисон.

Критерии оценки:

*Высокий уровень:* Чистое интонирование мелодии песни. Понимание основы чистого унисона и умелое пение унисона в дуэте и в хоре.

*Средний уровень:* Чистое интонирование мелодии песни. Понимание основы чистого унисона, но неточное пение в унисон.

*Низкий уровень:* Чистое интонирование только с помощью учителя. Отсутствие унисона.

#### **Тема 4. Основные правила звуковедения. Виды штрихов и дирижёрские жесты.**

Задание: Исполнение (пение) куплета и припева песни русского композитора духовной тематики по одному, обращая внимание на качество интонирования, использования обучающимся штрихов и понимания певцом дирижёрских жестов.

Критерии оценки:

*Высокий уровень:* Понимание обучающимся дирижёрских жестов, исполнение мелодии любым предложенным штрихом.

*Средний уровень:* Обучающийся понимает дирижёрский жест, но допускает незначительные ошибки во время исполнения мелодии.

*Низкий уровень:* Обучающийся исполняет мелодию нужным штрихом только по словесному объяснению и демонстрационному показу учителем. Дирижёрский жест не понимает.

#### **Тема 5. Правильная дикция и артикуляция в ансамблевом коллективе.**

Задание: Исполнение (пение) куплета и припева песни русского композитора духовной тематики по одному, дуэтом или небольшим ансамблем, обращая внимание на качество интонирования, дикцию и артикуляцию.

Критерии оценки:

*Высокий уровень:* Обучающийся знает особенности певческой дикции и артикуляции. Соблюдает правила во время пения. Чисто интонирует мелодию, понимает дирижёрский жест.

*Средний уровень:* Обучающийся знает особенности певческой дикции и артикуляции. Соблюдает правила во время пения, но иногда допускает ошибки. Чисто интонирует мелодию, понимает дирижёрский жест.

*Низкий уровень:* Обучающийся знает особенности певческой дикции и артикуляции, но не умеет использовать теоретические знания на практике. Неточно интонирует мелодию, понимает дирижёрский жест.

#### **Тема 6. Формирование чувства ансамбля.**

Задание: Исполнение (пение) куплета и припева песни русского и зарубежного композитора детским хоровым коллективом, обращая внимание на качество интонирования соблюдение ансамбля в хоре.

Критерии оценки:

*Высокий уровень:* Обучающиеся чисто интонируют мелодию. Чистое унисонное интонирование в любых темпах и ладах со сложным ритмическим рисунком. Исполняют несложные двухголосные песни без сопровождения. Знают и соблюдают основы цепного дыхания.

*Средний уровень:* Обучающиеся чисто интонируют мелодию, но иногда допускают ошибки. Чистое унисонное интонирование в умеренном темпе. Исполняют несложные двухголосные песни, с незначительной гармонической поддержкой аккомпанемента. Знают и соблюдают основы цепного дыхания.

*Низкий уровень:* Обучающиеся допускают ошибки при пении. Отсутствует унисонное интонирование мелодии. Исполняют лёгкие двухголосные песни только с гармонической поддержкой аккомпанемента. При пении песни не соблюдают основы цепного дыхания.

### **Тема 7. Формирование сценической культуры. Работа над образом.**

Задание: Исполнение (пение) песни русского и зарубежного композитора детским хоровым коллективом, обращая внимание на качество интонирования, умения донести образ до слушателей, умения держаться на сцене.

Критерии оценки:

*Высокий уровень:* Чистое интонирование мелодии, пение в характере песни. Уверенная манера поведения на сцене, умение выполнять несложные движения под музыку. Умение держать микрофон без рекомендаций учителя. В завершении песни-поклон.

*Средний уровень:* Чистое интонирование мелодии. Во время пения отводит микрофон от губ, на сцене держится скованно. Движения под музыку забывает. В конце пения выполняет поклон только после напоминания учителем.

*Низкий уровень:* Чистое интонирование мелодии. Во время пения с микрофоном обучающийся забывает текст песни, убирает микрофон от губ. Движения под музыку не выполняет. Поёт не в образе музыкального произведения. В конце пения не кланяется, а поспешно уходит со сцены.

## Дыхательная гимнастика А. Стрельниковой

### Основные правила гимнастики

Выполнять дыхательные упражнения по методу Стрельниковой нужно, строго соблюдая правила вдоха и выдоха. Цель занятий: сформировать навык правильного насыщения организма кислородом.

1. Вдыхать нужно только через нос. Воздух вбирается быстро, резко, коротко. Для упрощения процесса делайте вдох шумно.
2. Кислород посылается глубоко.
3. Вдох делается часто, каждую секунду.
4. Разбейте стрельниковскую сотню (96 вдохов–выдохов) на циклы. Для детей – по 4 вдоха, для взрослых – по 8. То есть малыши вдыхают по 4 раза каждую секунду, отдыхают 3–5 секунд, потом продолжают гимнастику опять, делая всего 24 цикла. Взрослые дышат 12 циклов по 8 упражнений. Перерыв тот же.
5. Выдох делается произвольно через рот или нос. В момент выталкивания воздуха думать о выдохе не нужно. Он проходит самостоятельно.
6. Одновременно с дыханием совершаются движения руками, грудной клеткой, головой. Набор физических нагрузок зависит от упражнения и возраста пациента.
7. Мышцы на вдохе должны напрягаться, сопротивляться потоку кислорода. Это основное правило для зарядки по Стрельниковой.
8. На выдохе грудная клетка расслабляется.
9. Делать зарядку можно стоя, лежа, сидя.

Важно! На первых занятиях с детьми нужно отработать навык сжатия грудной клетки. Малыши с рождения привыкли надувать грудь при вдохе. По Стрельниковой, она расширяется после выхода воздуха. Это самый сложный момент, но основополагающий.

1. **«Ладонки».** Стоя прямо, руки согнуты в локтях, ладони на зрителя. Делая шумные вдохи, сжимаем ладони в кулаки. Выдох при этом неслышный (пассивный), руки разжимаем.



2. **«Погончики»**. Стоя прямо, руки сжаты в кулаки и расположены на уровне пояса. На вдохах руки толкаем вниз, на выдохе возвращаем обратно.



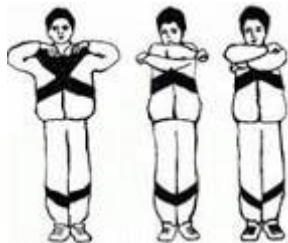
3. **«Насос»**. Ноги на ширине плеч, наклоняемся немного вниз, спина округлена, руки спокойно свисают. Наклоняемся ниже с вдохом, как будто надуваем шину, до пола руками доставать не нужно. С выдохом поднимаемся в исходное положение.



4. **«Кошка»**. Стоя, ноги на ширине плеч, руки согнуты в локтях у туловища, кисти спокойно свисают. Делайте поворот туловища вправо и одновременно полуприседание, в этот момент должен быть вдох, при этом руки выполняют хватательное движение. При возврате в исходное положение выдох. Затем в обратную сторону.



5. **«Обними плечи»**. Упражнение, которое разогревает голос сразу. Вокалистам, готовящимся к выступлению: выполните это одно упражнение перед выходом на сцену – и сразу услышите эффект. Встаньте прямо, руки держите перед собой присогнутыми. «обнимите» себя за плечи, руки как бы бросьте с силой за лопатки. Вдох (выдох) Повторите 8 раз и отдохните. Руки менять нельзя!

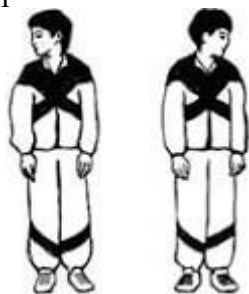


6. **«Большой маятник»**. Коллаборация упражнений «Насос» и «Обними плечи». При наклоне вниз делаем вдох, поднимаемся, обнимем себя за плечи. Голову вверх, тоже вдох. Выдохи маленькие между наклонами. Не рекомендуется при проблемах с

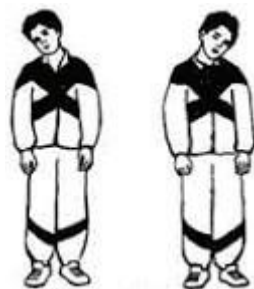
позвоночником, особенно травмах.



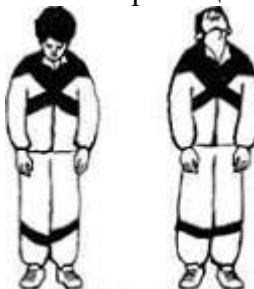
7. **«Повороты головы».** Стоя, руки свисают свободно, поворачиваем только голову в сторону – вдох, в другую сторону – тоже вдох. Между вдохами свободный выдох ртом.



8. **«Ушки».** Стоя, руки в том же положении, что и в предыдущем упражнении. Наклоняем голову (ухом к плечу), делаем вдох, к другому плечу тоже самое. Не забывайте выдыхать.



9. **«Маятник головой».** Наклоняем голову вниз (в том же исходном положении), делаем вдох, поднимаем и запрокидываем назад. Еще раз вдох. Выдыхаем, когда голова перемещается из одного положения в другое.



10. **«Перекаты».** Стоя, ставим правую ногу позади, левую впереди. Опираемся на левую ногу, правая стоит на носке. Приседаем на левой ноге, делаем вдох, тут же выпрямляем ногу. Затем приседаем на правой, вдох, выпрямляем, левая на носке.

Поменяйте ноги и повторите упражнение.



11. **«Шаги».** Стоя, поднимите левую согнутую ногу до уровня груди. Тяните при этом носок, чуть присядьте при этом на правой, делаем вдох. Примите исходное положение. То же самое делаем с правой ноги.



Зарядку нужно проводить весело. Закончите занятие любой из нижеописанных игр. Они основаны на методе Стрельниковой, выполняются детьми с большим удовольствием.

#### **«Водолаз»**

Попросите детей представить себя искателями жемчуга, водолазами без кислородного баллона. Им нужно набрать воздух, делать это необходимо несколько раз, не выдыхая. Вдох делается носом, коротко и шумно (2–3 раза).

Потом они задерживают дыхание и ныряют (салятся на корточки). Победит тот, кто выплывет последним.

#### **«Собираем грибы» (аналог упражнения «Насос»)**

Читайте стихотворение про сбор грибочков в лесу. Дети маршируют по кругу, при каждом наклоне за грибом шумно вдыхают через носик, разгибаются — выдыхают. Каждый должен собрать по 10 грибочков.

### Дыхательные упражнения.

Метод трёхфазного дыхания родился в 60-е годы XIX века, когда оперный певец Лео Кофлер потерял голос, заболев туберкулёзом лёгких. После долгого, безуспешного лечения Кофлер сам взялся за изучение медицины и физиологии. Он ознакомился со многими приёмами дыхания, в том числе дыхательной гимнастикой йогов. В конце концов, он создал свою систему дыхания, в результате занятий по которой полностью выздоровел и восстановил свой певческий голос. В последствии, доработанная русскими певицами система получила название "Метод Кофлера-Лобановой-Лукьяновой". Ниже приведён сокращённый курс этой системы и плюс кое-какие дополнительные упражнения.

В основе системы лежат три ведущих принципа:

- 1) Вдох делается только через нос;
- 2) Упражнения развивают, укрепляют и оздоравливают весь дыхательный аппарат, что связано с регулярной тренировкой дыхательной мускулатуры.
- 3) Особое внимание уделяется выдоху, плотному и упругому, который контролируется сознательно. Пауза и вдох осуществляется автоматически, без контроля, т.е. естественно.

Последовательность трёхфазного дыхания такова: выдох, пауза, вдох. Между вдохом и выдохом паузы нет. Выдох, упругий и ровный, происходит через плотно сжатые в определённой форме губы. Воздух при этом выпускается не весь, а примерно до половины, особенно поначалу. Пауза, ненасильственная и приятная, длится ровно столько, пока не появится естественное желание вдохнуть. Вдох свободный, бесшумный. Он не должен быть глубоким, но вполне умеренным. Упражнения начинаются с выдоха.

### Тренировка равномерного выдоха.

**Упражнение 1 ("Пфф").** Это упражнение является основным, с него будут начинаться и им заканчиваться все последующие упражнения. Цель его - включение диафрагмального дыхания, освоение упругого выдоха, паузы и возврата дыхания (выдоха).

Это и все последующие упражнения желательно выполнять только стоя. Перед их выполнением, следует принять красивую осанку, распрямив позвоночник, расправив плечи. Делать упражнения нужно легко, ненапряжённо.

Сожми плотно губы, растянув уголки рта в полуулыбке без прищура глаз. Затем начинай плавно выпускать воздух, так чтобы губы не выпячивались и не распускались, а щёки не надувались. В момент выдоха издаётся звук "пфф". Выдох при этом ровный, он не должен ни изменяться, ни прерываться.

После того, как выйдет примерно половина воздуха, прекращай выдох. Свободно расслабь губы и дожидайся приятного желания вдохнуть. Вдох производится свободно и обязательно через нос, лишь за счёт расслабления мышц живота и груди. После вдоха сразу же без паузы повторяй весь предыдущий цикл.

**Упражнение 2 ("С-с-с").** Тренировка равномерного выдоха на звуке "с".

Сначала выполни упражнение 1. Затем в полуулыбке растяни губы и прикрой их, уперев кончик языка в нижние зубы и сделав выдох со сжатыми зубами, издавая при этом звук



"с-с-с". Продли этот звук на некоторое время (но не до полного выдоха), добиваясь, чтобы он не дрожал, не изменялся по громкости и не прерывался.

Повтори упражнение несколько раз и закончи его выдохом "пфф" (Упражнением 1).

(Очень важно для правильного выполнения данного упражнения делать его на полуулыбке, а не при каком-то другом положении губ.)

### **Тренировка равномерного выдоха и грудного резонирования.**

#### **Упражнение 3 ("Ж-ж-ж").**

Сначала сделай упражнение 1 ("пфф"). Затем сожми крепко зубы, раскрой губы и вытяни их широкой трубочкой. Затем на плавном выдохе, подражая шмелю, издай звук "ж-ж-ж". Этот звук должен быть негромкий, умеренно низкий, выдох экономичный. Как и в упражнении 2 нужно добиваться равномерности и непрерывности издаваемого звука.

Положи ладонь на грудную клетку и ощути вибрацию.

#### **Упражнение 4 ("З-з-з").**

Как всегда, сначала выполни упражнение 1. Затем прими положение губ, точно такое же, как в упражнении 2 - на полуулыбке и произнеси звук "з-з-з". Это упражнение полностью аналогично предыдущему: произносимый звук должен быть низким, ровным, непрерывным. Закончи его выдохом "пфф".

Заметь, что если звук вялый или направлен в область носа, то вибрация в груди ощущается слабо. Поэтому наличие её служит хорошим контролем точности выполнения данных двух упражнений. Следи за правильным положением губ и сжатием зубов. При звуке "ж" - губы широкой трубочкой, на "з" - в полуулыбке. Иначе звуки будут прерывистыми, неровными, а, кроме того, при неправильном положении губ будут издаваться совсем другие звуки.

### **Развитие мышц зева.**

Развитие подвижности мягкого нёба имеет очень важное значение для певца. Хорошая степень активности мягкого нёба способствует получению округлого прикрытого звучания гласных, сохранению ровного выдоха, создаёт условие для естественного резонирования звуков и ликвидирует нежелательный носовой призыв ("гнузавость").

Основное упражнение для тренировки поднятия мягкого нёба - это формирование правильной позиции зевка. Она возникает тогда, когда человек во время зевания прикрывает широко раскрытый рот губами.

Зевни, сомкнув губы, запомните при этом правильное положение голосового аппарата для следующего упражнения. При этом челюсти разомкнуты, губы сомкнуты, мягкое нёбо поднято, гортань чуть опущена. Хорошо представить при этом, что во рту лежит горячая картофелина, но чтобы она не выпала, губы стягиваются в пучок.

Отработка развития мускулатуры зева - это длительный процесс и может порой занимать от 3-х до 5-ти месяцев.

#### **Упражнение 5 ("Вежливый зевок").**

Проделай упражнение 1. Потом опять "выпусти пар" со звуком "пфф", но во время возврата дыхания откройте рот и мысленно положи в него картофелину. Следи за тем, чтобы в тот момент, когда рот открыт, вдох производился только через нос. Потом

прикрой губы, не смыкая челюстей, и удержи такое положение секунды на 2-3. Заверши упражнение выдохом "пфф".

Этот цикл проделай 5-6 раз, но не доводя себя до усталости.

### **Упражнение 6 ("т", "д").**

Сделай выдох "пфф", на возврате дыхания прими форму зевка. Удерживая это положение, чуть разомкни губы и произнеси негромкие, короткие, но частые множественные звуки "т-т-т" так, чтобы губы и челюсти оставались неподвижными, а работал лишь кончик языка. После паузы и возврата дыхания на зевке, произнеси аналогично звуки "д-д-д". Старайся, чтобы расстояния между повторяющимися звуками были одинаковы. Обрати внимание: если губы двигаются, значит, нарушена форма зевка и поднят корень языка. Старайся не допускать этого.

Регулярно выполняя это упражнение, постепенно повышай частоту произнесения звуков, вплоть до скорости пулемётной очереди. Но такой частоты добиваются лишь после нескольких месяцев тренировок.

### **Упражнение 7 ("к", "г").**

Перед началом этого упражнения подойди к зеркалу и широко открой рот, опусти язык. В глубине рта у входа в глотку, в виде короткой палочки, расположен нёбный язычок. Сюда будут "посылаться" звуки "к" и "г" в нашем упражнении.

Выдохни на "пфф" и на возврате дыхания (обязательно через нос!) опусти челюсть до предела, нёбо подтяни вверх и произнеси одиночный звук "к" в область нёбного язычка. Губы остаются неподвижными. Через одинаковые паузы (секунды по две) повтори несколько звуков "к".

После паузы и возврата дыхания повторите упражнение снова. Отдохни.

Повтори то же самое со звуком "г".

При исполнении этого упражнения старайся не укорачивать пауз между звуками.

Упражнение утомительно, поэтому не делай его слишком долго.

### **Упражнение 8 (Звук "м" на форме зевка).**

Это упражнение, кроме укрепления дыхательной мускулатуры, благотворно влияет на работу сердца. Оно является как бы продолжением упражнения 5.

Сделай выдох "пфф" и на возврате дыхания, когда рот примет форму вежливого зевка, прикрытого губами, негромко произнеси средний по продолжительности звук "м". Прерви его резким, но не очень большим открытием губ так, чтобы образовалось небольшое круглое отверстие.

Правильность выполнения этого упражнения проверяется двумя способами. Во-первых, если звук вялый и челюсти мало открыты, нет формы зевка, то резонирование в груди слабое, оно в основном проявляется в области носа.

Если же зевок хороший, то грудное резонирование ощущается явственно. И во-вторых, если во время открытия губ формируется не чистый звук, а нечто невнятное, значит опять не соблюдена форма зевка. Когда всё выполнено верно, то хороший, ясный звук "м" в момент открытия рта как бы соскальзывает с губ.

### **Ликвидация носового призвука.**

Упражнения с резонированием звука на гласных после звуков "м" и "н" полезно для ликвидации гнусавости, иногда встречающейся у некоторых певцов. Дело в том, что эти два согласных - носовые, и если за ними следует гласная, то она "по инерции" может произноситься в нос. Чтобы этого не происходило, в следующих упражнениях будем отрабатывать умение переводить поток воздуха из носовой области в полость рта. Это легко получается сделать на форме зевка.

Даже если ты не страдаешь гнусавостью, эти упражнения всё равно будут очень полезны для тебя при выработке хорошей артикуляции.

**Упражнение 9** ("му", "ну"). Вначале сделай как всегда упражнение 1. На вдохе сожми губы и разомкни челюсти. Произнеси не слишком долгий звук "м", переходящий в длительное "у". При этом губы не выпячиваются трубочкой, а лишь чуть-чуть размыкаются, оставаясь собранными возле центра. Затем следует возврат дыхания. После нескольких повторений проделай то же самое с согласным "н" и закончи упражнение выдохом "пфф".

Если гласная "у" звучит только в носу, в чём легко убедиться, зажимая и разжимая пальцами ноздри, то проверь: сохраняется ли у тебя форма зевка, а при повторении упражнения возьми тон звучания чуть пониже и постарайся "помычать" более вкрадчивым голосом, можно даже, переходя на шёпот.

**Упражнение 10** (Отработка слогов "мы", "ми", "ны", "ни").

Перед выполнением этого упражнения освой наилучшую форму для произнесения гласных "ы" и "и". Для этого дотронься внутренней частью нижней губы до середины верхней снаружи. При этом нижняя челюсть выдвигается чуть вперёд и вниз. Ротоглоточная область автоматически примет форму зевка. Осталось теперь растянуть уголки губ и произнести слог "мы". Звук "ы" не должен быть слишком долгим.

После возврата дыхания, повторив несколько раз упражнение, закончи его выдохом "пфф" и расслабь челюсть.

Когда ты достаточно хорошо отработаешь упражнение со звуком "ы", замени её гласной "и". Сначала снова произнеси "ы", а потом, не меняя положения челюстей и губ, только за счёт перемещения языка получи гласную "и". При этом "и" не должна быть такой же открытой как при речи, но с небольшой примесью звука "ы". Запомнив правильное положение на гласной "и" продолжай упражнение "ми" без перехода с "ы" на "и".

То же самое проделай с согласной "н".

Контролем правильности выполнения данного упражнения является качество звучания. Если гласная произносится несколько сдавленно и в нос, звучит в основном на губах, значит поднялась гортань и нарушилась форма зевка. Добивайся хорошего резонирования этого звука в груди. Когда мускулатура зева будет развита, звук "и" будет легко и свободно.

Следует добавить, что челюсть не должна выдвигаться очень сильно и напрягаться. Выдвижение её должно быть небольшое и ненапряжённое.

### **Упражнение 11 ("Ма-мэ-ми-мо-му").**

После выдоха "пфф" и вдоха произнеси слог "ма" и не прекращая звучания, последовательно добавляй к нему остальные слоги: "мэ", "ми", "мо", "му". При этом гласные "а" и "и" - не открытые, как во время речи, а округлённые, "прикрытые".

### **Развитие экономного выдоха.**

Одного популярного американского певца спросили однажды, в чём он видит секрет своего успеха. Артист ответил, что главное, что отличает его от многих певцов, это то, что он умеет, экономя выдох, продлевать многократно звучание. Как-то в юности будущий вокалист познакомился с талантливым тромбонистом. "Он мог взять ноту и тянуть её целую неделю!", восхищался юноша. Поэтому, вдохновлённый таким примером, парень посвятил многие и долгие часы упорных тренировок не только самому вокалу, сколько дыхательным упражнениям. Благодаря выработанному умению, музыкальные фразы, которые певец мог пропевать без вдоха, намного увеличились, что делало его песни более певучими и романтическими.

Мы с тобой также уделим достаточно времени тренировке экономичного выдоха и увеличению объёма лёгких.

Важным показателем экономного выдоха является не только длительность звучания, но и его ровность. Поэтому в следующих упражнениях с самого начала нужно добиваться, прежде всего, ровности звука, а длительность выдоха вырабатывается постепенно по мере развития дыхательной мускулатуры.

Для выполнения условий ровности важна не только плавность работы мышц-выдыхателей, но и, в том числе, соблюдение правильного оформления губ при извлечении звуков. Так "ж", "з", "с" произносятся при сжатых зубах, причём "з" и "с" звучат на полуулыбке, а "ж" и "ч" с чуть выпученными губами; "у" и "о" произносятся при собранных к центру губах; "э" и "е" - на полуулыбке; "ы" и "и" - с некоторым выдвижением нижней челюсти вниз и вперёд.

### **Упражнение 12 ("Му-ххх").**

После выдоха "пфф", паузы и вдоха начинай выполнять знакомое упражнение 9 ("му") на форме зевка. После некоторого звучания гласная "у" переходит в длительное постепенно ослабевающее "х-х-х". Получается слог "мухх".

После паузы и вдоха повтори это упражнение несколько раз. Теперь ты можешь заменить первый или второй звук в данном слоге и продолжить упражнение на слогах "мах", "мэх", "мох", "жух", "жох", "жах", "жых", "зух", "зох", "зэх", "зых".

Это упражнение (как и упражнения 1 и 2) очень полезно для снятия усталости. Если ты откинешься на спинку кресла или дивана, то достаточно пяти минут выполнения его, чтобы почувствовать, как мышцы расслабляются и тело отдыхает, наполняясь новыми силами.

**Упражнение 13.** Соединение жужжания со звуком "м" ("жм"). После выдоха, паузы и вдоха произнеси низкий звук "ж". Затем сомкни губы и разожди челюсти, переводя таким образом "ж" в "м". В конце звучания звук "м" прерывается резким, но не широким

открытием губ. Прodelай упражнение несколько раз и закончи его выдохом "пфф". После отдыха замените первую согласную звуком "з" и вновь прodelай данное упражнение с новым звуком. Во время произношения помни о правильном оформлении губ на первом звуке: при "ж" губы приоткрыты, зубы сжаты, на "з" - полуулыбка, челюсти сжаты. Упражнение требует внимания и частого повторения. Помни, что плавные переходы и одинаковое резонирование первого и второго согласного получается только при точной перестройке челюстей и губ на форме зевка.

#### **Упражнение 14.** Тренировка губ для экономного выдоха.

Известно, что чем чётче и разборчивей проговариваешь текст, тем экономнее выдох, и, наоборот, при невнятном произношении расход воздуха увеличивается, в основном за счёт возникновения излишнего придыхания.

Для развития упругости губ полезно тренироваться на коротких "б" и "п", которые мы будем присоединять после слогов, начинающихся с любой согласной, после которой идёт гласная "у": "буп", "вуп", "губ", "дуп" и т.д. Короткие "б" и "п" - нужно произносить, немного подворачивая губы под зубы внутрь. Причём первый слог не должен быть очень коротким, продолжительность его произвольная.

Правильность произношения звуков можно проконтролировать при помощи пламени зажжённой свечи, поставленной близко и на уровне рта. Пламя не должно сильно колебаться, тем более задуваться во время произношения. С помощью зажжённой свечи ты сможешь научиться освобождаться от излишнего придыхания на "взрывных" согласных б, п, д, т, согласных в, ф, г, к, с и других. Этот навык особенно важно отрабатывать, если ты будешь петь в микрофон, (в котором специально не встроена защита от "взрывных" согласных, задувания ветра и т.д.), чтобы не было нежелательных посторонних звуков в усиленном звуке.

#### **Упражнение 15.** Увеличение продолжительности выдоха на звуке.

Сделай выдох "пфф", паузу и вдох. На следующем выдохе начинай чётко выговаривая каждый звук, но не очень громко и не очень быстро: "Как на нашем на пригорке стоят двадцать два Егорки. Раз Егорка, два Егорка, три Егорка ..." и т.д.

Чем больше Егорок у тебя получится, тем лучше.

#### **Упражнение 16.**

Сделай упражнение 2 ("с-с-с"), глядя на секундную стрелку. Выпускай воздух до тех пор, пока звук не станет прерываться от кончаемого воздуха. Чем больше секунд будет длиться "с-с-с", тем лучше.

Закончи упражнение, как обычно выдохом "пфф".

Упражнения для губ, челюстей и языка.

Следующие упражнения хорошо развивают подвижность губ, снимают излишнее напряжение и мышечные зажимы языка и челюстей, что очень важно для получения хорошего звука, а также для выработки экономного выдоха.

#### **Упражнение 17.**

Выдохни "пфф", дождись возврата дыхания. На выдохе, не спеша, то собирай губы к центру, то растягивай в улыбке. Следи за тем, чтобы губы всё время были упруго напряжены. Повтори 5 раз. Закончи выдохом "пфф".

### **Упражнение 18.**

Выдохни "пфф". После паузы и вдоха собери губы в трубочку и начинай вращательные движения губами, не меняя формы трубочки. Сначала в одну сторону, затем в другую. Воздух свободно проходит через нос.

Следующие упражнения приведены для освобождения мышц челюстей и языка от зажимов. Напряжения языка и челюсти взаимозависимы. Если у тебя напряжены мышцы челюстей и ты попробуешь подвигать языком, подвигать языком, то обнаружишь скованность его. И наоборот, зажатость языка вызывает напряжение челюстей, гортани и шеи, что мешает свободному правильному дыханию. Поэтому освободиться от возможных зажимов мышц челюстей и языка необходимо одновременно.

### **Упражнение 19.**

Приоткрой рот (но не широко), свободно опустив нижнюю челюсть.

Положи расслабленный язык на нижние зубы. Почувствуй эту мягкость языка и, просчитав мысленно до трёх, закрой рот, сохраняя язык расслабленным. Повтори упражнение несколько раз.

Во время выполнения этого упражнения не открывай широко, до предела рот, т.к. сохранить расслабленность языка в этом случае невозможно, и не вытягивай далеко вперёд язык, ведь тогда и язык и челюсть будут зажаты.

### **Упражнение 20.**

Выдохни "пфф". Сделай паузу и вдох. Теперь начинай освобождаться от зажимов языка и челюстей в сочетании с проговариванием слогов.

Слегка приоткрыв рот, произнеси "ма", затем положи расслабленный язык на нижние зубы и сохраняй это положение в течение нескольких секунд. Вдохни. Повтори то же самое со слогом "мо". Затем со слогами "мэ" и "му". Повтори всё несколько раз.

После того, как ты освоешь упражнение, попробуй произносить все эти четыре слога последовательно на одном дыхании, делая между слогами секундную паузу, в течение которой ты будешь сохранять расслабленным язык. Закончи упражнение выдохом "пфф".

### **Упражнение 21.**

После выдоха "пфф", паузы и вдоха на полуулыбке произнеси "тррр". По мере освобождения языка от напряжения длительность произношения согласного "р" с каждым разом будет увеличиваться. И, наконец, отбрось первый звук "т" и произноси только длительный, раскатистый "р-р-р".

## **Упражнения для развития опоры дыхания.**

**Упражнение 22.** Тренировка длинного плотного выдоха.

Задача упражнения: формируя гласные на правильной форме зевка, добиваться плавного перехода их в долгий согласный "м-м" той же громкости и высоты. Причём звук должен быть не столько громким, сколько плотным, уверенным. (Это и есть состояние опоры дыхания.)

Итак, после выдоха "пфф", паузы и вдоха проговаривай следующие слоги: "буу-мм + боо-мм + баа-мм + бээ-мм + быы-мм" ("+" обозначает паузу и вдох). Гласные и согласный "м" должны быть достаточно продолжительными, но не до полного истощения дыхания. После нескольких десятков тренировок замените первый звук "б" на "ж", а потом на "з".

### **Упражнение 23.** Упругий выдох на согласных "п-т-к".

Упругое произношение этих согласных достигается за счёт напряжения диафрагмы. Все звуки произносятся посредством короткого и сильного толчка воздушной струи.

Схема упражнения:

Пфф - пауза - вдох - п-т-к - пауза - п-т-к ... пауза - вдох - п-т-к и т.д.

Особенно важно произнести правильно первый звук "п". На нём воздух выталкивается через плотно, упруго подвёрнутые губы с резким их размыканием и расслаблением. Не спеши присоединять последующие согласные, чтобы не было "пы - ты - кы", делай это упражнение аккуратно.

### **Упражнение 24.** Тренировка задержки дыхания.

Выдохни "пфф", сделай паузу, вдох и задержите дыхание на 5-10 сек. Затем следует плавный выдох, пауза и вдох. От занятия к занятию постепенно увеличивай время задержки, но так, чтобы не было после неё укороченного выдоха, паузы и вдоха. После того, как ты научишься легко задерживать дыхание до 25-30 сек, переходи к следующему упражнению.

### **Упражнение 25.** Тренировка опоры дыхания на "пфф".

В этом упражнении воздух выпускается не ровно, а толчками. Сделай вдох (после обычного "пфф" и паузы). Теперь сделай короткий выдох "пфф", небольшую паузу, снова "пфф", ещё паузу и так несколько раз, но не до полного выдоха. Потом следует пауза, вдох.

Повтори упражнение несколько раз.

Прежде чем переходить к следующему упражнению запомни правильную позицию для произнесения звука "ч". Они полностью аналогичны позициям звука "ж": зубы сжаты, губы раскрыты широкой трубочкой.

### **Упражнение 26.**

На выдохе произнеси слоги "буучччч" - пауза, возврат дыхания - "вуучччч" - пауза, возврат дыхания - и далее с начальными звуками "г", "з", "ж". Во время произношения слогов не допускай ни на секунду расслабления брюшного пресса. Ты должен чувствовать, как живот постоянно втягивается внутрь и немного вверх. Постепенно

увеличивай частоту и длину ряда "ч". А когда в достаточной мере овладеешь этим упражнением, попробуй на одном дыхании произносить несколько слогов "буучччч-вуучччч" и т.д.с количеством "ч" от 10 и более.

### **Упражнение 27.**

Сохраняя подобранность брюшного пресса на протяжении всего выдоха, произноси звукосочетание "бутотатэти", после паузы и вдоха поменяй первый звук на "в". Это упражнение активизирует мышцы рта, на опоре дыхания. Сохраняй правильную форму зевка.

### **Упражнение 28.**

Это упражнение также хорошо тренирует мышцы губ и опору дыхания. Произноси на выдохе слог "бубдл" или "вубдл" и т.д. с другой начальной согласной. При этом очень важно, чтобы в сочетании "бдл" не было никаких дополнительных гласных.

### **Упражнение 29. ("Наковальня").**

Согни левую руку в локте ладонью вверх на уровне пояса. Правую руку, сжатую в кулак, подними на уровень груди. Теперь представь, что на левой ладони лежит мяч. Ударь по этому воображаемому мячу кулаком правой руки, не коснувшись левой ладони. После этого кулак должен тут же отскочить, как молоток от наковальни. Теперь будем делать удары на каждый слог скороговорки: "От-то-по-та-ко-пыт-пыль-по-по-лю-ле-тит". Слоги должны произноситься настойчиво и уверенно. Затем попробуй, что сложнее, произносить слоги во время отскоков. Темп должен быть очень неторопливым. Все слоги должны быть одинаковой чёткости и равноударные.

### **Упражнение 30.**

После выдоха "пфф", паузы и вдоха, начни негромко, неторопливо, но настойчиво проговаривать "птуптоптаптэпти", делая ударение на первом слоге не за счёт увеличения громкости, а за счёт некоторого удлинения гласной.

Начиная данное упражнение, не спеши, вслушивайся в каждый слог, в каждый звук. Потом можно на едином дыхании проговаривать без перерыва по два звукосочетания и больше вместе: "птуптоптаптэптиптуптоптаптэпти" и т.д.

После отработки упражнения с данным звукосочетанием, переходи к другим звукосочетаниям:

Тку тко тка ткэ тки

Птку птко птк пткэ птки

Пчу пчо пча пчэ пчи.

### **Трёхфазное дыхание в движении.**

Многие эстрадные певцы активно передвигаются по сцене, совершая танцевальные движения во время своих выступлений. И хотя это вызывает значительное учащение сердцебиения и увеличивает потребность в кислороде, однако на пении у профессионалов



эта активность почти никак не отражается. Это происходит лишь потому, что хороший певец владеет своим дыханием, что позволяет ему петь без одышки и сбивок.

### **Упражнение 31.**

Выдохни "пфф", после паузы и вдоха начинай выдыхать воздух на звуке "с" с одновременным описыванием руками широких круговых движений: в разные стороны по бокам от туловища. Затем то же самое, делая маховые движения руками перед собой. При выполнении этого упражнения старайся сохранять ровность звука "с".

### **Упражнение 32.**

Это упражнение аналогично предыдущему, только в движениях отрабатываются периодически повторяющийся звук "ч".

### **Упражнение 33.** Тренировка дыхания во время прыжков.

Делай прыжки с выдохом "пфф" не более 10-15 раз. Старайтесь, чтобы характер выдоха оставался неизменным: не было бы усиления звука и перерывов в звучании.

Отдохни, восстанови пульс.

То же самое на звуке "с".

Заканчивай упражнение выдохом "пфф" в статическом положении.

### **Упражнение 34.**

Все то же самое, но сначала в беге на месте, потом при наклонах туловища, поворотах в стороны.

### **Упражнение 35.**

Стоя медленно произноси слоги "бы-бо-бэ", то наклоняя голову максимально назад (но без напряжений) и, задерживаясь в таком положении, опять повторяя данное звукосочетание; то (после паузы и вдоха) наклоняя голову вперёд с задержкой на произношение.

То же самое, но с наклоном головы то к левому, то к правому плечу, то с поворотом головы в сторону.

Меняй слоги на: "ма-мэ-мо", "на-нэ-но" и др.

## **Дополнительные упражнения.**

### **Упражнения для расширения объёма лёгких.**

### **Упражнение 36.**

После выдоха, не делая паузы, начинай ступенчатый прерывистый вдох. Вдох очень короткий, как быстрый удар. Вдох - задержка дыхания. Паузы между каждым вдохом не меньше одной секунды. Набирай как можно больше воздуха в лёгкие, потом делайте некоторую паузу и выдыхай на "пфф".

Во всём нужна постепенность, поэтому сразу не пытайся набирать излишне много воздуха. Не доводи себя до головокружения и неприятных ощущений.

Для начала ограничь число повторений данного упражнения 1-2 разами.

### **Упражнение 37.**

То же, но на каждом вдохе каждым выдохе отводи руки через низ назад. Количество повторений 1-2 раза.

#### **Упражнение 38.**

То же, но на каждом вдохе отводи руки через стороны (на уровне груди) назад.

#### **Упражнение 39.**

То же, но на каждом вдохе как бы пытаться обнять себя за плечи.

#### **Упражнение 40.**

Сделай максимально медленный полный вдох через нос и такой же медленный выдох. Чем длиннее цикл, тем лучше. Добивайся, чтобы за минуту ты совершал(а) 1-2 цикла. Но таких результатов нужно достигать очень постепенно.

#### **Упражнение для укрепления мышц, сужающих вход в гортань.**

#### **Упражнение 41.**

После выдоха "пфф", паузы и вдоха начинай ритмичный выдох, без голоса на звуке "(х)а" (простой выдох с открытым ртом как для звука "а" ртом). Но при этом выдох прерывается не за счёт окончания (прерывания) движений брюшного пресса, диафрагмы или легких, а за счёт сжатия мышц в глотке, перекрывающих проход воздуха. При этом мышцы брюшного пресса постоянно напряжены. Делай расстояния между выдохами как можно короче и равномерней. Закончи упражнение выдохом "пфф".

## ЗАНЯТИЕ ПО СИСТЕМЕ ЭЛЕМЕНТАРНОГО МУЗИЦИРОВАНИЯ КАРЛА ОРФА.

### ***(ДЛЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ ОТКЛОНЕНИЯМИ И НАРУШЕНИЯМИ ОБЩЕНИЯ)***

Занятие проводит музыкотерапевт (педагог), используя музыкальные аудиозаписи, подобранные по сюжету занятия. Специального обучения детей движениям на занятии не проводится, а используется двигательная импровизация или движения по подражанию действиям взрослых.

**Цель:** Коррекция психоэмоционального состояния, снятие мышечных зажимов, эмоционального напряжения, создание радостного настроения средствами свободного движения и воображения.

#### ***I. Движение.***

1. Педагог включает музыку: танцевальную мелодию в исполнении русского народного или симфонического оркестра.

2. Педагог подходит к детям и просит их взяться за руки.

3. Все идут «змейкой» за педагогом по комнате до окончания музыки («Ищем новые дорожки, обходим препятствия»). Педагог должен привести детей в круг.

#### ***II. «Здравствуйте».***

1. Сесть на стулья, расставленные по кругу или на пол.

2. Педагог: «Сейчас будем здороваться». Говорит «Здравствуйте» обычным голосом, высоким, низким, тихо, громко и т.д., «Попробуйте сказать так же!» (дети повторяют).

3. Педагог поёт «Здравствуйте» (дети повторяют).

4. Педагог говорит «Здравствуйте» и одновременно ритмично:

- хлопает;
- шлёпает;
- стучит по полу;
- топает;
- щёлкает пальцами;
- и т.д.

Педагог: «Кто хочет показать, как нам хлопать (шлёпать и т.д.)?» (желающие дети показывают).

#### ***III. Имена.***

1. «Давайте представимся, **меня зовут ...**», педагог играет на бубне.

2. Педагог передаёт бубен рядом сидящему ребёнку: «А тебя?» Ребёнок играет на бубне и называет своё имя. Игра продолжается до тех пор, пока не представятся все.

3. Педагог говорит и хлопает: «Кто у нас ...?» Названный ребёнок встаёт, все показывают на него локтем, коленом, головой и т.д.

4. «А сейчас мы отправляемся с вами в сказку» (дети встали в круг, сопряжено с педагогом говорят и показывают):

Лес ночной был полон звуков,	(руки вверх) «ш-ш-ш»
Кто-то выл,	(руки на поясе) «у-у-у»
А кто мяукал.	«мяу-мяу»
Кто-то хрюкал,	«хрю-хрю»
Кто-то топал,	(топаем)
Кто-то крыльями захлопал.	(махи руками)
Кто пел,	«ля-ля-ля»
А кто кричал,	«ау-ау»
Кто глазами вращал.	(вращают глазами)
Ну а кто-то тихо-тихо	
Тонким голосом пищал	«пи-пи-пи».
(дети садятся)	

#### **IV. «Сказка о бочках»** (рассказывает педагог).

«В одном подвале жили большие старые бочки (показываем). Что может храниться в бочках? Жёлтое, зелёное, красное? (ответы детей) В подвале стояло много бочек, им надоело так долго находиться в темноте и сырости. Они покачивались и ворчали: «Как нам здесь плохо, скучно...» (Все качаются и произносят «м-м-м»).

Там же в подвале жила маленькая мышка. Она быстро бегала между бочек со своими подружками и пищала «пи-пи-пи» (Все пищат и изображают пальцами, какие маленькие у мышат глазки, усики, лапки, как они чистятся, едят, бегают). Мышатам было очень весело, потому что они танцевали. А бочки не могли танцевать. Мышата пожалели бочки, отправились к доброму волшебнику за помощью и попросили его, чтобы бочки могли танцевать. А что для этого нужно? (голова, ноги, руки).

Волшебник пожалел бочки и произнёс заклинания. (Все наклонились сидя, обхватив руками колени).

- «Сан-фанти, бочки встаньте!» (все выполняют соответствующие движения);
- «Сан-та-фа, появись голова!»;
- «Сан-та-фи, появись ноги!»;
- «Сан-та-фи, появись руки!».

После этого бочки встали и начали танцевать. Покажите все, как? (Дети встают и самостоятельно придумывают движения бочек.) Вот повезло бочкам, что всю ночь протанцевали!

А теперь расскажем сказку вместе с музыкой. Внимательно слушайте музыку и смотрите все на меня, я вам буду помогать».

Педагог включает аудиозапись музыкального сопровождения, рассказывает сказку и вместе с детьми выполняет движения, соответственно музыке.

«Замечательную сказку мы рассказали с вами вместе!»

#### ***V. Прощание.***

Педагог: «Приятного дня, я была рада с вами поиграть. У вас было много новых идей!»

Дети уходят под музыку спокойного характера.

## РАЗМИНКА

1

Аааа  
Уууу  
Аааа  
Оооо  
Аааа  
Ииии  
А-о-у-и  
Ээээ  
А-о-у-и



2

- За-за-за-за
- Зу-зу-зу-зу
- За-за-за-за
- Зо-зо-зо-зо
- За-за-за-за
- Зи-зи-зи-зи
- За-зо-зу-зи
- Зэ-зэ-зэ-зэ
- За-зо-зу-зи
- Зэ-зэ-зэ-зэ



3

- Чтоб жираф не был простужен,
- В стужу шарф жирафу нужен.
- И жена жирафу вяжет
- Шесть шарфов из рыжей пряжи.



4

- Шуршит змея, шшшш
- Шипит змея, шшшш
- Ползёт (2р.), старается, шшшш
- Опасная, шшшш
- Ужасная, шшшш, пружиной извивается
- Обманчив тихий шорох и покой,
- Напасть она готова в миг любой,
- Не принимай змеиный комплимент,
- Змея тебя предаст в любой момент.
- Обманчив тихий шорох и покой,
- Напасть она готова в миг любой,
- Не принимай змеиный комплимент,
- Змея тебя предаст в любой момент.



5

- Сыпется (4р.) песок.
- С-с-с-с
- Слышится (Зр.) сыпучий голосок.
- Ветер песню напевает
- С-с-с-с
- И песочек насыпает.
- С-с-с-с
- С-с-с-с
- С-с-с-с
- С-с-с-с
- С-с-с-с
- С-с-с-с



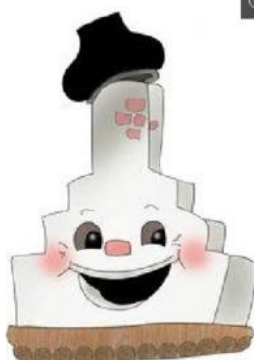
6

- Все ослы всегда упрямы,
- Все не слушаются мамы.
- Не хватает даже слов
- Уговаривать ослов
- Не хватает даже слов
- Уговаривать ослов



7

- Ча-ча-ча-ча (2р.)
- Печка очень горяча.
- Чи-чи-чи-чи- (2р.)
- Печёт печка калачи.
- Чу-чу-чу-чу (2р.)
- Будет всем по калачу.
- Чо-чо-чо-чо (2р.)
- Осторожно, горячо!



8

- Мишка милый, мишка славный,
- Неуклюжий и забавный.
- Весь из плюша мишка сшит,
- Ватой пышною набит



9

- В зелёном, зелёном, зелёном лесу
- Зелёный листок, как флажок, я несу
- Зелёная шишка под ёлкой лежит,
- Зелёная музыка где-то звучит.
- Зелёный кузнечик в зелёной стране
- Играет зелёную песенку мне.





10

- Са-са-са
- Это хитрая лиса.
- Су-су-су
- И живёт она в лесу.
- Сы-сы-сы
- Много дела у лисы.
- Со-со-со
- Она крутит колесо.

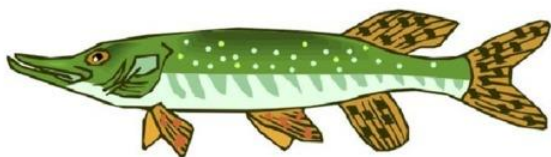


11

- Ца-ца, ца-ца - нет у Олечки кольца,
- Цо-цо, цо-цо - укатилось под крыльцо.
- Цу-цу-цу-цу-цу-цу - надо Ване молодцу
- Цо-цо-цо-цо-цо-цо - достать Олечке кольцо.



- Рыба плавает без звука - щука-щука-щука-щука
- Осторожно, это злая щука-щука-щука-щука
- Щука-щука-щука-щука, щука-щука-щука-щука
- Ох, какая это злая щука-щука-щука-щука...



### Упражнения для укрепления опоры звука

Цель: Формирование ощущение опоры звука, активизация дыхательной мускулатуры. Дать представление о том, что чем выдержаннее опора дыхания, тем легче и лучше удаётся опора звука, и чем совершеннее последняя, тем легче сохранить опору дыхания.

«**Хохотунчики**». Применяем штрих стаккато на слог «ха», можно на двух соседних звуках, например, закрепляя интонацию большой секунды.

«**Сова**». Комбинируя долгое «ю» со стаккато – у-у-у-у-у-опять долгое «ю». Также поём попевки и прибаутки, исполняя на одном выдохе каждую фразу («Как у нашего кота» и т.д.)

«**Самолёт**». Готовимся к интонированию в верхней тесситуре голоса. При исполнении показываем рукой направление мелодии: восходящее и нисходящее.

«**Парашютики**». Варьируем предыдущее упражнение, исполняя на стаккато при гаммообразном движении. Можно задавать конкретное направление, например, нисходящее, исполнять на разные слоги («ми», «ку», «зи» и др.), отрабатывать ритмические группы и т.д.

### Для ощущения и развития интонации

Цель: Формирование и развитие подвижности голосового аппарата, навыков вокального интонирования.

«**Крик ослика** «Й - а, й -а, й - а (интонация резко падает сверху вниз);

«**Крик в лесу**» -А-у, а-у, а-у( интонация снизу вверх);

«**Крик чайки**» - А! А! А! (интонация резко падает сверху вниз и снизу вверх)

«**Андрей-воробей**». Петь на одном звуке. Петь на опоре, чётко, звонко, посылая звук вперёд. Можно использовать различные интонации: сердито, призывно, удивлённо, ласково, восхищённо, радостно и т.п.

«**Уж как шла лиса**». Интонируем секунду. Чтобы легче усвоить вторую ступень, можно подниматься на носочки.

«**У меня есть конь, этот конь-огонь**». Поем на 3 ступенях, «вверх-вниз», можно использовать штрих «стаккато».

«**Цоки-цоки, цок**». Также поступенно на 3 звуках, «вверх-вниз».

«**Ку-ку-ку** ». Интонируем терцию. Чисто интонировать терцовый звук, посылая звук вперёд.

«**Милая мама моя**». Поем на 4 ступенях вверх-вниз».

«**Заводим моторчики**». На звук «rrrr» на 5 ступенях, поем вверх-вниз.

### Упражнения на активную подачу звука

Цель: Познакомить с ощущением «атаки звука» - посылом дыхания в момент начала звука.

«**Возгласы**». (Смело, без зажимов, не надрывая связки, свободно и открыто обратиться к невидимому собеседнику, находящемуся на другой стороне улицы). Э-й-ей-еэ! И-ра! Ю-ра! А-ня! Я-на! Ле-на! Ко-ля! (на одном звуке)

### Упражнение на звукообразование

Цель: Формирование навыка одинаковой манеры формирования гласных и точную атаку звука.

«А-О-У-И». При распевании можно использовать артикуляционные жесты Н.В.Рыбкиной, они помогают сформировать правильные гласные, и вносят игровой момент. Эти жесты

можно использовать как в речевых упражнениях, так и в попевках. «У»: ладони положить на щеки (пальцы – к шее), рисовать руками раструб трубы.

«О»: ладони на щеках (пальцами вверх), гладим по щекам сверху вниз.

«А»: руки на верхней губе, поднимаются вверх.

«И»: руки на верхней губе, расходятся в стороны.

«Путешествие по резонаторам»

### **Упражнения на развитие музыкально-слуховой памяти и внимания.**

Цель: Развитие ладового и ритмического слуха.

**Игра-приветствие.** Освоение определённой интонации. Пропевание педагогом имени ребёнка (интервал: терция, кварта и др), ученик: “Я здесь!” (пропевет тот же интервал).

**«Потерянный звук».** Педагог поёт музыкальную фразу последний звук, которой “потерялся”. Задача ученика – завершить незаконченную мелодию необходимым тоническим звуком, найти “потерянный звук”.

**«Слово на ладошке».** Учитель произносит слова, а дети их прохлопывают, проговаривают ритмослоги, повторяя интонацию учителя. Или ребёнок произносит своё слово, оно прохлопывается и проговаривается остальными ребятами.

**«Угадай-ка».** Учитель играет музыкальную фразу из знакомой песни, предлагая детям узнать, с какими словами она звучит, спеть, прохлопать с ритмическими слогами и жестами.

**«Ладушки».** Игра поможет легко узнавать на слух особенности чередования сильных и слабых долей. Ребята разбиваются на пары. Ученики хлопками отмечают «пульс» музыки. Сильную долю каждый хлопает сам, а слабые друг с другом, как бы играя в «ладушки»

**«Дирижеры».** Отобразить в дирижерском жесте ощущение сильной и слабой долей в речи и в музыке. Декламировать вместе с детьми стихи: на ударном слоге опускать руки вниз, а на безударном – поднимать вверх.

### **Формы применения игровых приемов на уроке**

Можно исполнять упражнения и игры в различных вариантах.

**«Эхо».** Сначала дети поют распевание относительно громким звуком, а затем повторяют его же в тихой динамике.

**«Музыкальная цепочка».** При повторении песни используется пение по «цепочке». Этот приём позволяет не только вспомнить песню, но и проверить внимание, память, чистоту интонирования, звукопроизношение каждого ребёнка.

**«Капризное радио».** Дети поют хорошо выученную песню. Когда радио включено – все её поют, когда выключено – песня исполняется про себя. Вначале “включение” и “выключение” соответствует фразам песни. Далее задание усложняется: радио может “включиться” и “выключиться” в любой момент.

**«Переключка».** Сначала распевание поет одна группа, затем его же повторяет вторая. В переходе на исполнение распевания с другого звука последовательность исполнителей меняется: сначала распевание поет вторая группа, а затем его же повторяет первая.

**«Соревнование».** Группа поочередно исполняет попевку. Педагог или сами дети дают оценку исполнению: кто точнее спел.

**«Пение «про себя».** Сначала отрывок знакомой песни беззвучно «поет» педагог, а ребенок угадывает ее по артикуляции. Применяем его и при работе над разучиванием

репертуара (развивается артикуляция, артистизм, при этом связки регулярно будут «безопасно» тренироваться).

«Включаем и выключаем звук в телевизоре». Ученик поёт разучиваемую песню, а педагог то «включает» звук, то «выключает», показывая какой-либо знак рукой.

### **Работа над песней**

Работая над песней, можно выбрать небольшой, наиболее сложный отрывок и прорабатывать его различными способами (по фонopedическому методу В.В.Емельянова):

Пропеваем, «сидя в автомобиле» (вибрация губами, соблюдая звуковысотность, характер исполнения);

Пропеваем, «сидя на лошадке» («процокать» мелодию, стараясь губами формировать слова песни);

«Выдуваем» мелодию (пропеть мелодию, выдувая при этом воздух);

Пропеваем, «сидя на слоне» (пропеть мелодию с хорошо открытым ртом, но звук направлять не в рот, а в нос).