

Вокально-ритмические приемы на музыкальных занятиях



Музыкально- ритмические движения являются синтетическим видом деятельности, следовательно, любая программа, основанная на движениях под музыку, будет развивать и музыкальный слух, и двигательные способности, а также те психические процессы, которые лежат в их основе.

Ритм - один из центральных, основополагающих элементов музыки, обуславливающий ту или иную закономерность в распределении (организации) звуков во времени.

Формирование чувства ритма у обучающегося - одна из наиболее важных задач музыкальной педагогики и в то же время, как общепризнано, одна из наиболее важных и сложных. Чувство музыкального ритма двигательно- моторно в своей основе.

Специальными исследованиями доказано, что ритмическое переживание музыки **всегда** сопровождается теми или иными двигательными реакциями. Э. Жак-Далькроз говорил: «Без телесных ощущений ритма... не может быть воспринят ритм музыкальный... в образовании и развитии чувства ритма участвует все наше тело».

Ритм, пульсация, движение, действие – по сути своей характеристики одного и того же. В течение не одного десятка лет педагоги используют движение как средство

музыкального развития. В прогрессивных педагогических системах музыкального воспитания движению отводилось особое место, так как музыканты признавали за ним возможность не только совершенствовать тело, но и развивать духовный мир человека. Для целостного восприятия музыки необходим ритм. Если у человека с детства не развито чувство ритма, он будет неполноценно воспринимать музыку, т.е. у него будет страдать «музыкальная культура».

Три структурных элемента, образующих чувство ритма

Начало процесса музыкально-ритмического воспитания приходится на решение задач, связанных с развитием элементарного, **первичного** чувства ритма.

Ряд авторитетных исследователей указывают на три главных структурных элемента, образующих чувство ритма и связанных с такими категориями, как:

- Темп
- Акцент
- Соотношение длительностей во времени

Итак, восприятие и воспроизведение темпа, акцента и временных соотношений длительностей объединяются в первичную музыкально-ритмическую способность. Уяснив структуру элементарного чувства ритма, рассмотрим те виды и способы музыкальной деятельности, которые непосредственно стимулируют становление и развитие данной способности, те умения и навыки, которые «подводят» необходимый фундамент под это развитие.

Важнейшим из этих навыков- навыком №1- должен быть назван тот, что связан с восприятием и воспроизведением **равномерной последовательности одинаковых длительностей**.

По существу, ни один вид исполнительской деятельности- от ритмически организованного сопоставления двух смежных звуков и далее- не сможет здесь иметь места, если маленький музыкант окажется неспособным внутренне ощутить и воссоздать равномерность чередования одинаковых временных долей.

Навык восприятия и воспроизведения мерной пульсации равновеликих временных долей выстраивает требуемую «материальную» основу для развития первого из компонентов музыкально-ритмической способности- чувства **темпа**. Собственно, само это

чувство предполагает умение ощущать музыку в размеренном ровном, единообразном движении.

Исполнение любой музыки, сопровождается, как правило, более или менее явственной акцентировкой. С акцентом как обязательным атрибутом «исполнительской речи» учащийся практически сталкивается на первых же уроках. «Нашей второй задачей (после выработки ощущения одинаковых длительностей) будет развить ощущение ... чередующихся пластических ударений...» - указывал на важность данной стороны ритмического воспитания Э.Жак-Далькроз.

Наконец, о третьем компоненте первичной музыкально-ритмической способности-чувстве **соотношения длительностей**. Ориентация в ритмических структурах, соизмерение и различение разных по временной «стоимости» длительностей звуков-навык фундаментальный; никаких обходных путей в отношении его не существует, достигнуть музыкально-осмысленных результатов, минуя его, совершенно невозможно.

Итак, в процессе обучения музыке создаются условия, всесторонне благоприятствующие формированию и развитию первичной музыкально-ритмической способности в составе её трех основных ответвлений (темп, акцент, соотношение длительностей).

Приемы и способы работы

Современное понимание проблемы музыкального обучения детей предполагает вовлечение их в процесс общения с музыкой на основе деятельности и музыкально – творческой игры: ребенок во всем принимает участие, вовлекается педагогом в процесс активных творческих действий. Действие, умение делать что-либо всегда являлось единственно надежной гарантией усвоения любого знания. Это мудрость была известна еще древним китайцам: «Я слышу и забываю. Я вижу и помню долго. Я делаю и понимаю».

В работе с 5-6 летними детьми в Гуманитарно-эстетической школе мы опирались на систему Карла Орфа, которая построена на синтезе различных видов деятельности (пение, движение, игра на музыкальных инструментах) посредством элементарного музицирования. Главная задача таких занятий - помочь детям в эстетической игре войти в мир музыки, ощутить и пережить её чувственно, создать предпосылки к формированию творческого мышления, способствовать практическому усвоению музыкальных знаний. Даже элементарные движения: топ, шлеп, хлоп, верно скоординированные с музыкой, являются важнейшей базой для развития ребенка. Ведь выполняя их, ребенок откликается на определенный ритм, темп, мелодию, включая в работу оба полушария головного мозга.

Сила и преимущество музыкально-ритмической деятельности для формирования детского художественного творчества состоит в том, что она является синтезом нескольких видов искусств: музыки, драматизации, пластики, пантомимы и хореографии, объединяемых в единое художественное целое посредством создания музыкально-пластического образа. Музыкально-ритмические навыки составляют основу упражнений с музыкальными заданиями. Они подводят детей к пониманию законов ритмического строения музыкальных произведений, учат разбираться в многообразии характера музыки, смены темпа, динамических и регистровых изменений, воспроизводить метроритмические особенности через движение, анализировать форму произведений.

Речевые игры – важная форма творческой работы с детьми в развитии речи и в певческой деятельности. Артикуляционные упражнения, голосовые и речевые игры способствуют эффективной работе над дикцией, звукообразованием, развивают метроритмическое чувство детей дошкольного возраста. Доказано, что музыкальный слух развивается совместно с речевым. Общность выразительных средств речи и музыки (ритма, темпа, тембра, динамики, артикуляции, формы), доступность и привлекательность речевой импровизации является основой для творческой деятельности детей. Использование речевых игр на занятиях позволяет детям с раннего возраста овладевать полным комплексом средств музыкальной выразительности. Речевые игры и упражнения могут сопровождаться звучащими жестами (хлопками, притопами, шлепками, щелчками), движениями, игрой на детских музыкальных инструментах: шумовых, металлофонах, дудочках, свистульках. Жестикуляция, мимика, пластика, голосовые импровизации в речевой игре превращают ее в театральную игру, способствуют импровизации и раскрытию творческого потенциала детей. Слушаю – двигаюсь – пою – понимаю – говорю – такова логика постижения ребенком музыкального языка.

Вокально-ритмические приемы

1. Пульс (равномерные шаги)

Метрическая пульсация как ровные, мерные шаги, которые слышны в музыке. Их можно сравнить с биением сердца, тиканьем часов. Первоначально детям предлагается прослушать музыкальный фрагмент, почувствовать равномерные шаги и только потом воспроизвести их одним из видов «звучащих жестов». Затем пульсацию можно исполнить ударным инструментом. Для этих упражнений подойдет яркая маршевая или танцевальная музыка. Постепенно мы формируем понятие чередования долей в музыке, как равномерную пульсацию.

«Марш» С Прокофьева. Перед прослушиванием этого произведения детям предлагается вспомнить о прогулках, представить, как они двигаются на улице. Поставить вопрос перед прослушиванием: «Какой вид движения они услышат?». После прослушивания и обсуждения предлагаем игру «Прогулка»: маршируем под музыку и останавливаемся, когда заканчивается 1 часть. Предлагаем ритмизированный текст (мы идем гулять, мы идем гулять и т. д.) комбинируем его с движением, потом с хлопками, игрой на ударных инструментах.

При прослушивании 2 части обращаем внимание ребят, что характер музыки и движения меняется. Продолжая игру, сообщаем, что на пути увидели большую яму и 2 рабочих. Один из них громко крикнул «Стой! Стой! Стой! Нельзя ходить, нельзя ходить!», а второй еще громче повторил его слова. Повторяем с ребятами слова, моделируя ритм, динамику, тембр, мелодическое движение. Исполняем 2 часть, при этом обязательно присоединяем движение рукой (кисть сжата в кулак на четвертные ноты, а на восьмые – грозит указательным пальцем). После исполнения понимаем, что дороги дальше нет. Значит, нужно возвращаться. Исполняем 3 часть. В конце композиции предлагаю «закрыть дверь» – сделать хлопок громче или совместить хлопок с притопом.

На других занятиях игра повторяется, задания варьируются. Шаги заменяются исполнением ударными инструментами (барабан, ложки), а слова 2 части исполняются на бубне, причем, четверти-ударом, а восьмые – тремоло.

Таким образом, работая над «Маршем», дети закрепляют понятие пульсации, музыкальной доли. Применяя метод «забегания вперед», мы знакомим обучающихся с ритмическим рисунком, музыкальной формой.

2. Акцент (ударение, выделение)

Для развития чувства метра (равного биения сильных и слабых долей) нужно помочь детям почувствовать акцент как ударение в музыке. Ярким примером может быть исполнение припева русской народной песни «Калинка», где он отчетливо слышен. Хлопок на первую долю и шлепок на вторую поможет ощутить 2-дольную пульсацию. Поскольку почти всем знакомы слова припева, на следующем этапе подключаем хоровое пение вместе с метрическими движениями, которые можно и нужно варьировать.

В дальнейшем, дети осваивают этот навык при исполнении других песен с включением в него метрического аккомпанемента. Сначала группу нужно разделить на «инструменталистов» и «вокалистов», а потом соединить пение и исполнение на инструментах.

3. Темп (скорость чередования долей)

Формирование понятия темпа как скорости чередования долей может проходить с помощью изменения темпа при исполнении знакомых произведений. Дети в это время воспроизводят пульсацию «звучащими жестами» или шагами. Можно сделать наоборот: сначала завести «музыкальную машину» в определенном темпе (в зависимости от размера, предложить детям исполнять различные комбинации хлопков, шлепков и т.д.), а затем исполнять знакомую песню. Проанализировать, менялось ли настроение от того, исполнено было медленно или быстро.

При разучивании песни Эрнесакса «Паровоз», я предлагаю обучающимся сопровождать пение движениями изобразительного характера, отображающие текст, затем имитируем движение поезда круговыми движениями рук. Когда мы поем 2 куплет, в фонограмме появляется ritenuto и пауза, на что дети реагируют движением, пением. Так они знакомятся с понятием «замедление» темпа и паузы (остановки). При дальнейшей беседе они приходят к выводу, что эти изменения в музыке не случайны, так как Зайчик очень боится (замедление), посмотрел (пауза), «а в кармане денег нет».

4. Ритм (определенное сочетание, чередование длительностей)

Понятие длительности (продолжительности звука) формируется на основе понимания коротких и длинных звуков. Мы разучиваем упражнение «Часы», применяя прием «Эхо», первая часть которого построена на длинных звуках (четвертных), вторая- на коротких (восьмых).

Так-так, так-так, идём мы в такт.

Ти-ти, ти-ти, ти-ти, ти-ти, ну куда же вы спешите.

Для вокализации упражнения можно использовать нисходящую малую терцию, большую секунду и т.д.

После вокального исполнения, дети прохлопывают ритм, сравнивают продолжительность звуков 1 и 2 части. На следующем этапе вводим ритмослоги- звукам даем «имена»: длинным- «Та», коротким- «Ти». Исполняем их разными «звучащими жестами», затем на разных ударных инструментах. Затем пробуем исполнять 2 партии одновременно.

Преимущество введения ритмослогов:

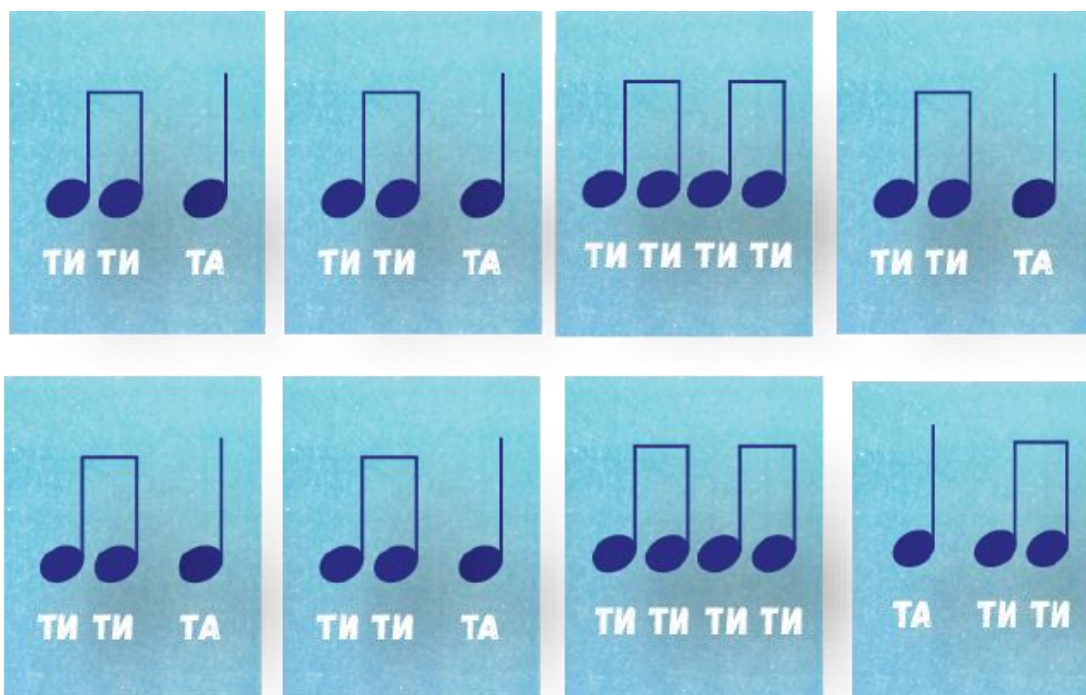
- Любая из ритмических последовательностей разучивается достаточно быстро;
- Ритмические длительности и группы усваиваются успешнее и естественнее;
- С помощью ритмических слогов быстрее и легче осуществляется перевод слов в ритм;

- Ритмическими слогами легче и свободнее импровизировать и сочинять;
- Ритм подразумевает движение и вызывает двигательные реакции — это всегда радость и удовольствие для детей.

Далее на примере несложных упражнений, продолжаем работу по ритмизации. Например, используем потешку «Мальчик-с пальчик». Разучиваем ее с приемом «Эхо», затем исполняем ритмический рисунок одним из видов звучащих жестов. После анализа, даем задание исполнить упражнение с названием ритмослогов, а затем проиграть короткие звуки хлопками, а длинные – шлепками.

Когда обучающиеся будут готовы воспринимать графическую фиксацию ритма, вводим понятие «ритмического рисунка». После введения вербального эквивалента длительностей, а затем и пауз, возможности ритмической работы расширяются и становятся более увлекательными. Несложные ритмические рисунки ребята прослушивают, повторяют (исполняют), анализируют (называют), запоминают, фиксируют (записывают). Затем придумывают тексты и мелодии к ритмическим формулам и исполняют, добавляя ритмический аккомпанемент...

Например:



Технологическая карта работы с музыкально-речевыми играми

1. Устанавливается метрическая пульсация самыми простыми способами, используя звуки своего тела - «звучащие жесты» - притопы, хлопки, шлепки по коленям, удары сжатыми кулачками, указательными пальцами, притопы и т.д.

2. На этом фоне начните выразительно и ритмично декламировать текст (другие виды аккомпанемента в звучащих жестах разучивайте позднее).
3. Затем предложите детям повторять за вами текст по фразам, играя в «Эхо».
4. При повторении речевой игры предложите детям декламировать текст по-разному: громко, как рассказчик; тихо, как ябеда, писклявым голосом; басом и т.д. Каждое повторение - разнообразный опыт слышания музыкальных интонаций.
5. Когда текст будет произноситься легко детьми, можно добавить движения: метричные шаги по залу в рассыпную, по кругу с различными вариантами остановок, приседаний, поворотов, движение змейкой.
6. Затем можно обратиться к исполнению различных вариантов звучания партитур — «звучащих жестов».
7. Из разных вариантов партитур «звучащих жестов» сделайте 2х-3х частную форму и попробуйте ее исполнять без перерывов, предварительно договорившись с детьми, что за чем будет следовать. Таким образом, исчерпав исполнение вариантами слышания различных интонаций, добавления движений и партитур -аккомпанемента «звучащих жестов», и расширения форм подключаем музыкальные инструменты.
8. Разучив текст с аккомпанементом из «звучащих жестов», который позволит вовлечь всех детей в музицирование, попробуйте добавить первое остинато на ксилофоне. Оно будет дополнением к «звучащим жестам». Обратите внимание детей на совместное звучание: им необходимо несколько тактов вступления, чтобы не только ощутить пульсацию, но и почувствовать характер последующей декламации. Паузу отметить (подчеркнуть) трещеткой, рубелем. Если дети легко справляются с одним остинато, можно добавить следующее.
9. Если это песня, то подключается пение, приемом «Мелодическое Эхо» - пение по фразам с аккомпанементом инструментов.
10. Можно украсить пение танцем, который должен быть очень прост: движение внутрь круга и обратно, кружение на месте т.д. Придумайте их вместе с детьми, наблюдая за ними и стараясь использовать их неосознанные телодвижения.

Формирование ритмического слуха и использования ритмодвижений в работе с вокалистами

Исполнительская деятельность с вокальной направленностью



- Вокально-двигательная гимнастика
- Упражнения на развитие дыхания
- Вокально-хоровые упражнения
- Артикуляционная гимнастика
- Дикционная разминка
- Речевые и ритмические игры
- Песни
- Музыкальные пальчиковые игры
- Музыкальные игры с пением



Подобная работа в классе вокального ансамбля чрезвычайно важна. В отличие от хоровых произведений, которые исполняются (в основном) без движений и под руководством дирижера, сольные и ансамблевые песни предполагают движение. Поэтому чувство ритма, координация, чувствование партнёров, музыкальность должны быть особенно хорошо развиты у вокалистов.

Применение элементов музыкальной педагогики К. Орфа, основанной на естественной физиологии ребёнка – игровой, любознательной и исследовательской потребности является актуальной для обучающихся любого возраста.

Орф-педагогика – это:

- Область музыкальной педагогики, где наряду с обучением решается целый ряд коммуникативных и социальных задач;
- Разные виды совместного творчества, которые приводят к импровизации;
- Свобода в рамках заранее обыгранных правил.

Дети на таких занятиях вовлечены в развитие и раскрытие своих речевых, музыкальных и двигательных способностей. Наряду с этим, идёт развитие таких поведенческих качеств как внимание, сосредоточенность, терпение, самостоятельность и, в то же время, включенность в группу, что является необходимым для ансамблевого исполнительства.

Музыкальность – сложное понятие, характеризующееся различным сочетанием отдельных способностей.

Главный признак музыкальности – способность эмоционально отзываться на музыку, сопереживать. Выразителями определённого содержания являются звуковысотные и ритмические движения, эмоционально воздействующие на слушателя. Следовательно, необходимо единство эмоциональной и слуховой сторон музыкальности.

Ритм – одно из центральных, основополагающих элементов музыки. Переживание ритма – это активный процесс, тесно связанный с восприятием музыки. Всякое полноценное восприятие музыки – это активный процесс, предполагающий не только слушание, но и воспроизведение.

Содержание музыки эмоционально. Ритм – одно из выразительных средств музыки, с помощью которых передаётся содержание. Следовательно, музыкальный ритм составляет основу эмоциональной отзывчивости на музыку.

Таким образом, ритмический слух – это способность активно переживать музыку, чувствовать эмоциональную выразительность музыкального ритма и точно его воспроизводить.

Вокально-ритмические приемы, позволяющие решать проблему формирования ритмического слуха учащихся в классе вокального ансамбля.

1. «Хлопай в такт». Дети улавливают и воспроизводят пульс звучащей музыки разнообразными движениями по команде ведущего. Упражнение развивает внимание, координацию движений.
2. «В группе». Ребята делятся на группы. Каждой из них даётся задание: 1-я группа хлопает на 1 и 3 доли, 2-я – на 2 и 4 доли и т.д. Каждый ребёнок должен пройти через все этапы. Таким образом, формируется навык работы в ансамбле, умение чувствовать сильную и слабую доли. Это упражнение можно усложнить, давая задание исполнять различные ритмоформулы разным группам, исполняя их последовательно, а потом одновременно.

3. «Эхо». Используются ритмические рисунки различной сложности. Каждый рисунок исполняется характерными движениями из каталога звучащих жестов. Сначала ведущим является педагог, а затем – дети.

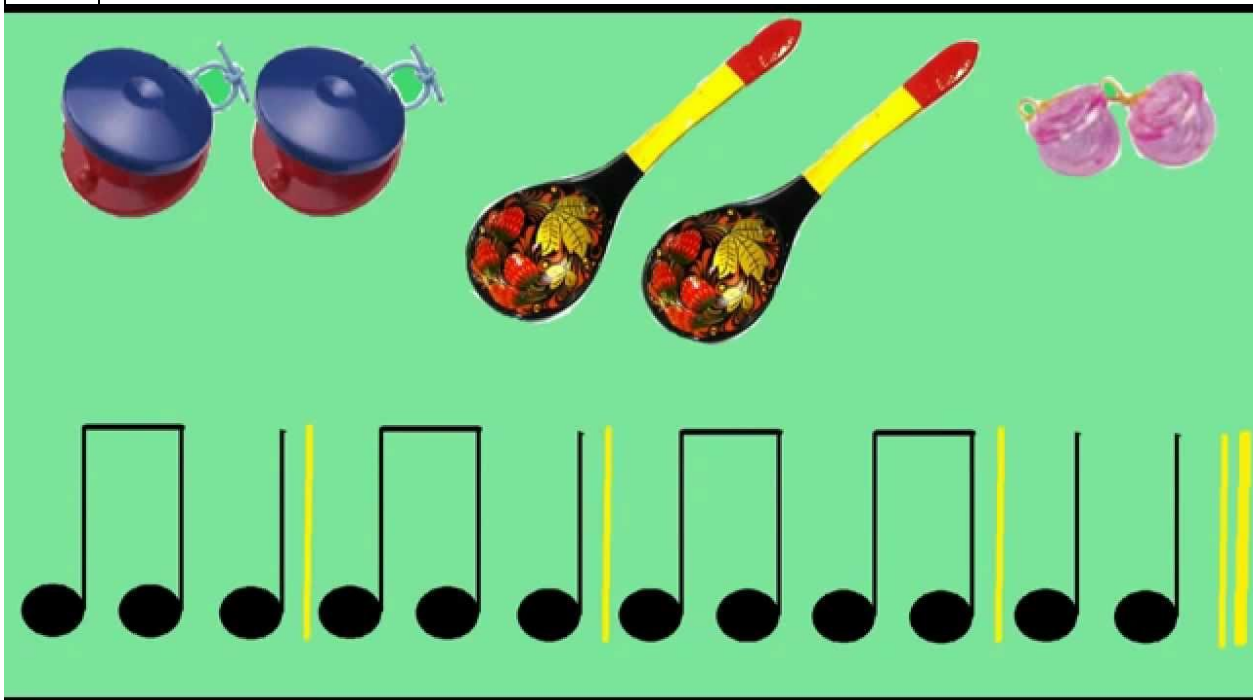
4. «Импровизация». Педагог начинает ритмическую импровизацию в заданном метроритме. Рядом сидящий ребенок исполняет свой вариант, а потом по очереди это делают все обучающиеся. Главное правило: повторять можно, нельзя задерживать метроритмическое движение. Это упражнение повторяется по кругу несколько раз, а затем можно предложить исполнить свои ритмические импровизации парами, трио ... и всем одновременно.

5. «Комбинация». Соединение вокальных упражнений с движениями- тактированием, метрической пульсацией, любым ритмическим рисунком. Это помогает вокалистом хорошо разобраться в ритмической организации мелодии песни, определить начало и окончание музыкальных фраз, пауз, логических ударений и т. д. При использовании приема пения без сопровождения, создаст возможность четко держать темп и активизирует слуховое восприятие, что будет способствовать правильному интонированию мелодии.

Сопровождение пения движением способствует развитию у обучающихся музыкально-ритмических навыков, влияет на качество вокального звучания, чистоту интонирования. У воспитанников укрепляется дыхание, улучшается дикция, вырабатывается навык согласованности движения с музыкой. Решение задачи отражения в движении содержания и характера музыкального образа помогает развитию воображения, активизирует творческие проявления юных музыкантов.

Приложение

1	Прочитать ритмический рисунок (короткие звуки «ти», длинные «та») несколько раз.
2	Прохлопать ритмический рисунок несколько раз, выучить его наизусть.
3	Исполнить ритм на каком-либо ударном инструменте. Если такого нет, придумать, что может его заменить.
4	Подобрать слова, соответствующие ритму. Каждому такту (между желтыми разделительными черточками) подобрать слова. Получается фраза.
5	Дальше можно проговаривать ее, меняя темп (скорость движения), тембр (окраска голоса), настроение.
6	Под каждым звуком подставить одну из нот- «соль» (высокая) или «ми» (низкая). Спеть в заданном ритме, называя ноты. А теперь со словами.
7	Получилась мини-песенка.



«Сказка о времени»

Жил на свете сказочный Бездельник. Вернее сказать, не жил, а время убивал, – все ему так про это и говорили. Задумался Бездельник: «Что это они мне про убитое время твердят? Если время бывает мёртвое, значит, и живое водиться должно». И пошёл он, куда глаза глядят живое время искать. И мы давайте вместе с ним отправимся (М. Мусоргский «Прогулка» – движение под музыку в соответствии с характером пьесы).

- А по всякому. Кто короткой мерой, а кто мерой подлиннее. Кто слушает, как капельки воды равномерно стучат, камень долбят, а кто – как волны морские равномерно на берег накатываются

- А ты?

- А я сердце собственное слушаю. Ударами сердца время меряю.

- Сказочно напрасным делом вы тут занимаетесь.

- Э, не скажи. Меряешь, меряешь время, и, кажется, будто оно равномерно дышит. А дышит, – значит, живое!

Обрадовался бездельник: живое! дышит!

- Нужный ты мне человек. Предлагаю вместе путь держать. Как звать тебя?

- Каждого из нас, кто время равномерными порциями отсчитывает, зовут греческим именем **Метр**. А по-русски **Мера**. Это одно и то же.

Отправились они дальше вдвоём.

Видят – человек нежное, как лепесток, ухо к дереву приложил.

- Проверяю, объяснил им, – достаточно ли быстро соки в этом дереве движутся, пульс его прощупываю. А вы чем похвастаться можете?

- Я – сказочный Бездельник.

- А я Метр. Ударами сердца время меряю. Поэтому живым его чувствую.

- Как сердце твоё бьётся, я издали слышу, – говорит человек с чутким ухом. – Необыкновенно ровно работает, как часы. Только я терпеть не могу часы: усыпили они время колдовским механическим сном. Дышать-то оно дышит, а пошевелиться не может. Но вам сказочно повезло: я знаю, как его разбудить.

Человек велел пробежаться тому, кого зовут Метр. Пульс у него после пробежки стал гораздо быстрее (проверяем с детьми свой пульс до пробежки и после).

- Обыкновенное чудо, – скромно сказал волшебник. – Я разбудил спящее время.

- Кто ты, делающий время быстрым и медленным? – воскликнул Бездельник.

- Я – **Темп**.

Теперь у Бездельника было двое попутчиков – **Метр и Темп**.

Пришли они в сказочный город. Точнее сказать, города ещё не было, город строился, но со сказочным энтузиазмом. Маленькие нотки-гномики озабоченно и деловито сновали вверх-вниз, вправо-влево, сбиваясь в кучи и разлетаясь в стороны. Трудились, не покладая рук и в поте лица. Одно плохо: совершенно не клеилась работа, впустую кипела. Вот тащит гномик тяжеленный камень, из сил выбивается. А другому не терпится – норовит камень прямо на ходу обтесать. Вот пятеро по одному гвоздю молотками бьют – никак забить не могут. Вот две бригады с разных сторон за канат ухватились – пыхтят, подбадривают себя, а сами ни с места. Тут-то Метр и Темп и показали свой сказочный талант. Метр точно время разметил, сделал работу размеренной и чёткой. Ожила работа, забился её трудовой пульс.

Темп скорости в работе с толком распределил: когда быстрее шевелиться, когда медленнее, а когда передохнуть и мыслями спокойно пораскинуть. Теперь каждый маленький гномик-нотка появлялся и исчезал когда нужно. В общем, точно знал своё время.

- Это сказочно хорошо, когда всё, что нужно, происходит точно в своё время! – воскликнули хором строители города. – Пусть это вовремя будет нашим королём. И пусть имя у него будет звучное, королевское – **Ритм**. Да здравствует король по имени **Ритм**.

С тех пор как стал править король Ритм, пошла сказочная жизнь, красивая и разумная. А помогали королю Ритму во всём кто? (Ответы детей – Метр и Темп). А как же Бездельник? Он вскоре перестал быть бездельником, потому что нашёл живое время. Он понял: время живое, если оно интересное и от него есть толк. А время, убитое даром, – скучное и бестолковое.

Литература

1. Методика Карла Орфа. Учись с удовольствием-<http://orff.ru/>.
2. Сет Риггс. Техника пения в речевой позиции. Москва 2004 г.
3. Бараш А. Б. Поэма о человеческом голосе. – М.: Композитор, 2005.
4. Николаева Е.В. Музыкально-пластическая деятельность детей на музыкальных занятиях // Теория музыкального образования / Э.Б. Абдуллин, Е.В. Николаева. - М.: Издательский центр «Академия», 2004.

Электронный ресурс:

1. <https://www.youtube.com/watch?v=vVgFXaXBrMo&feature=youtu.be>
2. <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=15657070283264291216&text=%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE+%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5+%D1%83%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F+%D0%B4%D0%BB%D1%8F+%D0%B2%D0%BE%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%B2&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3D8za5R39-oo0>
3. <https://yandex.ru/video/preview/?filmId=6506209351183242221&text=%D0%B2%D0%B8%D0%B4%D0%B5%D0%BE+%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%BC%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B5+%D1%83%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B6%D0%BD%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F+%D0%B4%D0%BB%D1%8F+%D0%B2%D0%BE%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%B2&url=http%3A%2F%2Fwww.youtube.com%2Fwatch%3Fv%3DJ8SGJpCZ3PI>