

ДЕПАРТАМЕНТ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ ПО ОБРАЗОВАНИЮ И НАУКЕ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ»
ГОРОДА СМОЛЕНСКА

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 4 от 31.05.2023г.



Утверждаю:
Директор МБУ ДО «ДТДМ»
М. В. Дмитриев
Приказ № 79 от 02.06.2023г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
художественной направленности
«Детский мир: эстрадный вокал»**

Возраст обучающихся: 6-15 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель: Степанькова Ольга
Владимировна, педагог дополнительного
образования

Смоленск
2023

Пояснительная записка

Программа «Детский мир: эстрадный вокал» предназначена для реализации в образовательном процессе МБУ ДО «ДТДМ» и имеет **художественную направленность**, разработана в соответствии с основными нормативно-правовыми актами Российской Федерации и образовательного учреждения:

- Федеральный Закон РФ от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 года № 678-р;
- Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Приказ Минтруда и социальной защиты населения Российской Федерации от 5 мая 2018 г. № 298 н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Письмо Министерства просвещения РФ от 19.03.2020 № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» («Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- Устав МБУ ДО «Дворец творчества детей и молодежи».

В настоящее время существует много различных форм творческой деятельности, но одна из самых интересных, эффективных, эмоциональных, захватывающих и доступных – эстрадное пение.

Эстрадное музыкальное искусство точно соответствует интересам современных детей и подростков и является сегодня одной из основных форм массового приобщения подрастающего поколения к музыкальному искусству и решения одной из приоритетных проблем педагогики и психологии - развития

творческих способностей детей. Именно творческие способности стимулируют формирование особых качеств ума: наблюдательности, умению сопоставлять, анализировать, комбинировать, находить связи и зависимости – качеств, необходимых любому молодому человеку 21 века.

С ростом технического прогресса открываются новые возможности для создания художественных образов на эстраде. Нормой последнего десятилетия стала постановка концертного номера, сценического воплощения песни. Само собой возросли требования к эстраднему исполнителю, где главным становится его индивидуальность, неподражаемый тембр голоса, манера держаться, двигаться на сцене, умение донести до слушателя всю глубину содержания музыкального произведения.

Существующая ранее программа и методика обучения вокалу, где основной акцент делается, прежде всего, на формировании вокально-хоровых навыков, не совсем соответствует современным требованиям эстрадного исполнительского искусства. Это заставило пересмотреть традиционные формы обучения детей сольному пению и разработать программу обучения и воспитания эстрадного певца. Причем, в понятии «воспитание» здесь включается и здоровое голосообразование, и исполнительская культура и общее музыкальное развитие учащихся.

Актуальность программы заключается в том, что она помогает ребенку оценить свои творческие возможности, познать себя и помочь сформировать личную позицию. Обоснование актуальности программы заключается в расширении возможностей учащихся в овладении элементами эстрадно-вокального творчества, в формировании единства содержательных, операционных и мотивационных компонентов учебной деятельности. Позволяет развить у детей не только специальные (музыкально-творческие) знания, умения и навыки, но также способствует формированию у них общеучебных навыков, необходимых для успешности ребенка во всех сферах деятельности.

Новизна программы состоит:

- В разработке нетрадиционной модели построения музыкального урока через синтез трех искусств: театр, музыка, танец. Это позволяет детям не

только заниматься пением, но и позволяет овладеть элементами актерского мастерства, сценического движения.

- В использовании аудио сборников специальных упражнений с характерными современными интонациями, ритмами. Это имеет большое значение для вокалистов, исполняющих джазовую музыку. Одновременно с овладением элементами современного музыкального языка происходит развитие их музыкального слуха. Во время пения доступных мелодий и упражнений у начинающих вокалистов лучше усваиваются ритмические и мелодические элементы современного музыкального языка, происходит постепенное привыкание к своеобразию звучания различных современных аккомпанементов, сложной ритмической пульсации.

- В сочетании традиционных и инновационных методов обучения.

- В использовании фонограмм как формы самостоятельной работы учащегося над вокальным произведением, где сам вокалист разучивает доступные и понятные ему вокальные упражнения и произведения, осуществляет руководство творческим процессом.

Содержание программы имеет четкую содержательную структуру на основе постепенной (от простого - к сложному) реализации задач тематического блока, а не общепринятое описание системы работы.

Программа по эстраднему вокалу является здоровьесберегающей.

Основой хорошего пения является правильное певческое дыхание. Упражнения на дыхание, являющиеся обязательной частью занятий вокалом, улучшают деятельность мозга, обменные процессы, кровообращение, т.е. являются хорошим жизненным тонусом для детского организма. Сценические движения частично решают проблему гиподинамии современных детей. Развитие слуха и памяти на занятиях вокалом помогают решению проблем в учебе. Речевой тренинг воспитывает культуру речи. Участие ребенка в коллективных проектах развивает в нем коммуникативные навыки, облегчающие процесс адаптации в обществе. Реализация творческих амбиций в коллективе формирует в ребенке качества, помогающие достигать успешности не только в творчестве.

Публичные выступления формируют в обучающихся психологическую стойкость, а социально-значимая деятельность воспитанников коллектива

помогает сформироваться их активной гражданской позиции и неременного чувства ответственности за личный и коллективные результаты.

Занятия эстрадным вокалом - деятельность, которая базируется на содружестве нескольких видов искусства.

Адресат программы: возраст детей, приступающих к освоению программы, 6 лет. Возраст обучающихся -6 -15 лет. Дети принимаются на основе собеседования и тестирования. Для обучения по данной программе необходимо наличие хороших вокальных и музыкальных данных: музыкальный слух, память, чувство ритма, отсутствие речевых дефектов, здоровый голосовой аппарат.

Уровень реализуемой программы – базовый.

Доступность реализации программы для различных категорий обучающихся. В случае необходимости, программа может быть адаптирована для детей с выдающимися способностями (одаренные дети) и детей с ОВЗ (при условии сохранения двигательной активности, зрения, слуха и голосообразования), детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, проживающих в отдаленной сельской местности.

Объем программы – 288 часов:1 год обучения- 144 часа; 2 год обучения – 144 часа.

В неделю -4 учебных часа.

Формы организации занятий: очная. При необходимости могут быть использованы дистанционные технологии и электронное обучение. А также могут применяться различные формы внеурочной работы.

Виды занятий: практические занятия, комбинированный урок, открытый урок, урок - концерт, тренинг, праздничные программы, концертные выступления, устный опрос.

Срок обучения – 2 года.

№п/п	Год обучения	Кол-во часов в неделю	Кол-во недель	Всего за год
1	1 год обучения	4	36	144
2	2 год обучения	4	36	144

3	Всего		288
---	-------	--	-----

Режим занятий – 2 раза в неделю по 2 часа. Время занятий устанавливается в зависимости от специфики состава группы, в соответствии с возрастными и психологическими особенностями обучающихся.

Целью программы является развитие творческих и музыкальных способностей обучающихся средствами эстрадного вокала, формирование устойчивого интереса к самостоятельной деятельности в области музыкального искусства.

Задачи программы

Образовательные:

- Научить основам эстрадного вокала, сценического движения, актёрского мастерства;
- Сформировать устойчивое вокальное дыхание, грамотную артикуляцию, основные вокальные приёмы;
- Научить приёмам расширения диапазона голоса;
- Сформировать индивидуальные способности: голос, слух, пластику, актёрские, импровизационные данные;
- Познакомить с основными вехами истории эстрадных стилей и их особенностями, с творчеством звёзд мировой вокальной эстрады;
- научить работать со звуковоспроизводящей аудиоаппаратурой.

Воспитательные:

- Формирование мировоззрения, гражданской и нравственной позиции на основе изучения эстрадного наследия, формирование культуры общения,
- Воспитание чувства гордости и ответственности за культурное наследие своей страны, уважения и любви к эстраде как особой составляющей культурного наследия русского народа;
- Углубление представления детей об окружающем посредством музыкально-ритмической деятельности;
- Развитие инициативы и самостоятельности детей;
- Развитие у детей активности и самостоятельности.

Развивающие:

- Развитие эстетического и художественного вкуса,
 - Развитие вокального слуха и певческого голоса, творческих способностей, навыков импровизации;
 - Развитие у обучающихся высокой культуры исполнения произведений, основываясь на знаниях музыкальной теории и сольфеджио;
 - Развитие индивидуальных творческих способностей через

создание сценического образа, освоение основ современных ритмов и танцев, пластики движений.

Социальные:

- Способствовать естественному преодолению всевозможных психофизиологических барьеров,
- Способствовать развитию толерантности, общения, активной созидательной жизни, развитию культурного уровня детей.

Планируемые результаты

Результативность обучения, воспитания и развития обучающихся характеризуется расширением диапазона их знаний, осведомленностью об окружающем мире, эстетической и общей культурой; проявлением творческой активности в социально-ориентированной деятельности; уровнем и адекватностью самооценки и характером межличностных отношений.

1 Год обучения

Знать:

- Строение артикуляционного аппарата
- Основы музыкальной грамоты
- Гигиену певческого голоса
- Понимать значение: певческое дыхание, характер, темп и т.д.
- Понимать требование педагога
- Различать жанры вокального искусства

Уметь:

- Правильно применять певческую установку
- Правильно оформлять гласные в сочетании с согласными
- Слышать звуковысотное направление мелодии
- Освоить навык вдоха и выдоха
- Петь естественным голосом, не форсируя звук
- Петь короткие фразы на одном дыхании
- Петь простые мелодии легато в медленном и среднем темпе
- Чисто интонировать простые песни
- Ясно выговаривать слова песни
- Петь с музыкальным сопровождением фонограммы
- Исполнять простые танцевальные движения
- Понимать содержание песни
- Выражать свои эмоции
- Правильно держать микрофон

2 год обучения

Знать:

- Понятия жанры, стили
- Типы голосов
- Основные жанровые разновидности вокальной музыки
- Понятие музыкальная интонация
- Приемы дыхания
- Иметь элементарное представление о строении голосового аппарата
- О гигиене певческого голоса
- Мелодии и тексты репертуара

Уметь:

- Петь протяжным звуком
- Петь отрывистым звуком
- Владеть мягкой атакой звука без «подъезда» к нему
- Управлять регистрами голоса
- Петь на «опоре»
- Следить за чистотой интонации, не допускать форсирование звука
- Использовать активную артикуляцию
- Чувствовать движение мелодии и кульминацию в песне
- Связывать между собой словесные и физические действия
 - Преодолеть страх перед публичным выступлением, владеть своим телом и голосом
- Петь с различным эмоциональным выражением
- Стремиться выполнять простейшие исполнительские задачи

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- Планировать свои действия с творческой задачей и условиями её реализации;
- Самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели урока;
- Выстраивать самостоятельный творческий маршрут общения с искусством.

Коммуникативные УУД:

- Участвовать в жизни микро - и макро социума (группы, отдела, Дворца творчества, города, региона и др.);
- Уметь слушать и слышать мнение других людей, излагать свои мысли о музыке;
- Применять знаково-символические и речевые средства для решения коммуникативных задач;

Познавательные УУД:

- Использовать знаково-символические средства для решения задач;

- Осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий с использованием учебной литературы, энциклопедий, справочников.

Личностные результаты:

- Формирование способности к самооценке на основе критериев успешности творческой деятельности;
- Формирование основ гражданской идентичности, своей этнической принадлежности в форме осознания «Я» как члена семьи, представителя народа, гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю.
- Формирование эмоциональное отношение к искусству;
- Формирование духовно-нравственных оснований;

Реализация творческого потенциала в процессе коллективного (индивидуального) музицирования.

Условия реализации программы

1.Специальное оборудование:

1. Кабинет с музыкальным инструментом (фортепиано);
2. Ноутбук;
3. Магнитофон;
4. Фонограммы песен;
5. Компьютер и ТВ для демонстрации презентаций;
6. Звукоусилительная аппаратура;
7. Вокальные микрофоны;
8. Микрофонные стойки;
9. Письменный стол, стулья;
- 10.Сценическая площадка.

2.Формы аттестации /контроля

1. Открытые уроки для родителей;
2. Контрольные уроки;
3. Концертные выступления ансамблем и соло;
4. Мониторинг результативности учебно-воспитательного процесса (два раза в год);
5. Диагностика музыкальных способностей (вводный, промежуточный контроль);
6. Диагностика личностного развития (вводный, промежуточный контроль).

2.1 Средства контроля

Формой учета успеваемости воспитанников в течение учебного года являются выступления на праздничных мероприятиях, участие в конкурсах, фестивалях, открытые уроки. В конце каждого года проводится отчётный концерт.

Проверка технической подготовки учащихся, выполнение всех поставленных задач в репертуаре, чистота интонирования, правильное исполнение мелодии и ритма, работа с микрофоном и с фонограммой осуществляется педагогом во время занятий и на контрольных уроках в течение каждого учебного года.

2.2 Критерии определения оценки

Основными критериями определения уровня подготовки учащихся являются:

- Уровень сформированности вокально-исполнительных навыков;
- Степень выразительности исполнения;
- Проявление творческой активности;
- Учебная дисциплина юного вокалиста-исполнителя.

2.3 Оценочные материалы

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

Для подведения итогов реализации образовательной программы на стартовом уровне , а также в конце каждого полугодия, 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.

Параметры и критерии диагностики освоения Программы

Входящий контроль	<i>Низкий уровень усвоения знаний 1-5 баллов</i>	<i>Средний уровень усвоения знаний 6-8 баллов</i>	<i>Высокий уровень усвоения знаний 9-10 баллов</i>
	Нет элементарных знаний, умений и навыков вокального исполнительства. Диапазон ми - ля. Невыразительное пение, неправильная певческая позиция, неправильное дыхание, плохая музыкальная память, слабый слух, слабое качество звукообразования и звучания.	Петь в диапазоне ре - до, стоять прямо, петь легким звуком, стараться тянуть звук без напряжения, ясно выговаривать слова песни; петь выразительно и осмысленно, уметь петь с сопровождением. Среднее развитие музыкальной памяти, качества звукообразования и звучания.	Петь в диапазоне ре - до, стоять прямо, петь легким звуком, стараться тянуть звук без напряжения, знать, что певческий голос нужно беречь; ясно выговаривать слова песни; петь выразительно и осмысленно, уметь петь с сопровождением. Достаточно хорошо развиты: кратковременная музыкальная память, музыкальный слух, качество звукообразования.
Текущий контроль	1 Год обучения: петь в диапазоне ре! — ля, стараться тянуть звук без напряжения, знать, что певческий голос нужно беречь; выговаривать	1 год обучения: петь в диапазоне ре - до, стоять прямо, не напряженно. Отведя плечи назад, петь легким звуком, стараться тянуть звук без напряжения, знать, что певческий голос нужно беречь; ясно выговаривать слова песни; петь	1 год обучения: петь в диапазоне ре - до, стоять прямо, не напряженно. Отведя плечи назад, петь только с мягкой атакой, легким звуком, стараться тянуть звук без напряжения, знать, что певческий голос

	<p>слова песни; петь выразительно, петь в унисон с сопровождением</p> <p>2 Год обучения: петь в диапазоне до! - ре, петь чистым по качеству звуком - легко и мягко, петь на одном дыхании длинные фразы, без утечки воздуха.</p>	<p>выразительно и осмысленно, правильно дышать; петь в унисон с сопровождением и без него.</p> <p>2 Год обучения: соблюдать при пении правильную певческую установку, петь в диапазоне до - ре с мягкой атакой; петь чистым по качеству звуком - легко и мягко, без сипа; правильно формировать гласные, четко произносить согласные; в упражнениях слышать Зхголосные аккорды, петь без сопровождения.</p>	<p>нужно беречь; ясно выговаривать слова песни; петь выразительно и осмысленно, правильно дышать; петь в унисон с сопровождением и без него.</p> <p>2 год обучения: соблюдать при пении правильную певческую установку, петь в диапазоне до -ре с мягкой атакой; петь чистым по качеству звуком - легко и мягко, без сипа; правильно формировать гласные, четко произносить «гласные; петь на одном дыхании длинные фразы, без утечки воздуха; петь слаженно и чисто в унисон 2хголосные каноны; петь без сопровождения.</p>
<p>Итоговый контроль</p>	<p>1 год обучения: петь в диапазоне ре - си, стоять прямо, не напряженно, отведя плечи назад, легким звуком, стараться тянуть звук, знать, что певческий голос нужно беречь; ясно выговаривать слова песни; петь выразительно и осмысленно, правильно дышать;</p> <p>2 год обучения: петь в диапазоне до-ре с мягкой атакой; петь чистым по качеству звуком, правильно формировать гласные, четко произносить согласные; петь на одном дыхании длинные фразы, без утечки воздуха; петь без сопровождения.</p>	<p>1 год обучения: петь в диапазоне ре - до, стоять прямо, не напряженно. Отведя плечи назад, петь только с мягкой атакой, легким звуком, стараться тянуть звук без напряжения, знать, что певческий голос нужно беречь; ясно выговаривать слова песни; петь выразительно и осмысленно, правильно дышать; петь в унисон с сопровождением.</p> <p>2 год обучения: соблюдать при пении правильную певческую установку, петь в диапазоне до – ре мягкой атакой; петь чистым по качеству звуком, мягкой атакой чистым, ясным и легким звуком. Проявление индивидуальности тембра, непринужденное</p>	<p>1 год обучения: петь в диапазоне ре - до, стоять прямо, не напряженно. Отведя плечи назад, петь только с мягкой атакой, легким звуком, стараться тянуть звук без напряжения, знать, что певческий голос нужно беречь; на звуке-ля правильно показать самое красивое индивидуальное звучание голоса, ясно выговаривать слова песни; петь выразительно и осмысленно, правильно дышать; петь в унисон с сопровождением и без него.</p> <p>2 год обучения: соблюдать при пении правильную певческую</p>

		звуковедение; тенденция к напевности, плавности, не форсировать звучание, правильное формирование звуков; петь без утечки воздуха, уметь брать быстрый вдох.	установку, петь в диапазоне до! -ре2 с мягкой атакой; петь чистым по качеству звуком -легко и мягко, без сипа; правильно формировать гласные, четко произносить согласные; петь на одном дыхании длинные фразы, без утечки воздуха; петь слаженно и чисто в унисон двухголосные каноны.
--	--	--	---

Учебный план 1 года обучения

	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации, контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Организационная работа	1	1	2	Наблюдение
2	Введение в программу	1	3	4	Наблюдение, прослушивание
3	Вокальная техника	6	24	30	Наблюдение, тестирование
4	Разучивание репертуара	6	74	80	Наблюдение, опрос
5	Работа с микрофонами	1	9	10	Наблюдение
6	Концертная деятельность		6	6	Наблюдение
7	Индивидуальные занятия		12	12	Сольное исполнение
	ИТОГО	15	129	144	

Содержание учебного плана

1. Организационная работа.

Теория: Правила поведения во Дворце творчества, на занятии.

Практика: Знакомство в учащимися. Ознакомление с рабочим кабинетом. Техника безопасности (соответствующая инструкция), правила поведения на занятиях и в общеобразовательном учреждении.

2. Введение в программу.

Теория: Понятие об ансамблевом и сольном пении. Пение как вид музыкальной деятельности. Цели и задачи вокального объединения.

Практика: Прослушивание.

3. Вокальная техника.

3.1 **Теория:** Знакомство с общими понятиями анатомии голосового аппарата. Гигиена певческого голоса. Понятие певческой установки.

Практика: Правильное положение корпуса, головы, шеи поющего. Пение в положении «стоя» и «сидя».

3.2 Звукообразование.

Теория: Образование голоса в гортани, голосовые складки.

Практика: Естественный, свободный звук без крика и напряжения. Мягкая атака звука. Пение легато и нонлегато.

3.3 Певческое дыхание.

Теория: Главные принципы дыхания: спокойный вдох, экономный выдох. Цезура, Смена дыхания между фразами.

Практика: Упражнения на развитие навыков экономного расходования дыхания и укрепление нижнериберно-диафрагмального способа дыхания.

3.4 Дикция и артикуляция.

Теория: Понятие о дикции и артикуляции.

Практика: Осмысленное и ясное произношение текста, логические ударения. Четкое произношение согласных, округление гласных звуков. Освобождение нижней челюсти от зажимов. Исполнение скороговорок.

Пение упражнений, попевок, направленных на разогрев голосового аппарата и развитие основных певческих навыков (звуковедение, дыхание, дикция, артикуляция).

4. Разучивание репертуара.

Теория: Песни репертуара выбираются по доступному вокально-техническому уровню. Прослушивание песен. Определение характера, обсуждение содержания, музыкального образа.

Практика: Разучивание текста и мелодии. Пение на различные слоги.

Работа со сложными музыкальными фрагментами в интонационном, ритмическом, дикционном отношении.

Работа над выразительным исполнением. Постановка эстрадного номера.

5. Работа с микрофонами.

Теория: Техника безопасности при работе с микрофонами. Основные правила работы с микрофоном. Микрофон – основной элемент в работе эстрадного певца на современной сцене, связующее звено между реальным акустическим звуком и его представлением слушателями.

Практика: Формирование навыков работы с микрофоном и слухового самоконтроля во время репетиции и во время выступления на сцене.

6. Концертная деятельность.

Теория: Специфика сценической площадки. Основные требования к репетиции.

Культура поведения на сцене.

Практика: Выступление солистов и ансамбля на сцене.

7. Индивидуальные занятия.

7.1. Индивидуальные занятия по развитию музыкального слуха, голосового аппарата, певческих навыков.

7.2. Разучивание вокальных упражнений, песен сольного и ансамблевого репертуара.

Примерный репертуар

1. Л. Хайтович Вокализы
2. А. Зацепин «Ты слышишь, море»
3. А. Варламов «Пять февральских роз»
4. Ж. Колмагорова «Лампа Алладина»
5. А. Рыбников «Песня Красной шапочки»
6. К. Певзнер «Оранжевая песенка»
7. С. Осадчий «Бармалей», «Бибика»
8. В. Шаинский «Пропала собака»
9. В. Шаинский «Взрослые и дети»
10. Т. Андрейченко «Солнышко», «Дождик»
11. К. Костин «Божья коровка»
12. Н. Жемойтук «Колыбельная»
13. Л. Скрягина «Калейдоскоп»
14. А. Ципляускас «Заводная обезьянка», «Белоснежка»

15. А. Ермолов «Три желания» В. Тюльканов «Песенка пиратки»
 16. В. Шаинский «Песенка мамонтенка»
 17. «Круглая песня» из репертуара группы «Непоседы»
 18. А. Ермолов «Ручеёк журчалочка»

Учебный план 2 года обучения

№	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации, контроля
		Теория	Практика	Всего	
1	Организационная работа	1	1	2	Наблюдение
2	Введение в программу	1	3	4	Наблюдение, прослушивание
3	Вокальная техника	6	24	30	Опрос, наблюдение
4	Разучивание репертуара	6	74	80	Исполнение репертуара
5	Работа с микрофонами	1	9	10	Наблюдение
6	Концертная деятельность		6	6	Наблюдение
7	Индивидуальные занятия		12	12	Наблюдение, тестирование
	ИТОГО	15	129	144	

Содержание учебного плана

1. Организационное занятие

Теория: Техника безопасности. Правила поведения на занятиях и в общеобразовательном учреждении. Режим работы на текущий учебный год.

Практика: Повторение пройденного репертуара.

2. Введение в программу

Теория: Повторение строения голосового аппарата. Голосовая гигиена. Физиологические изменения, их влияние на голосообразование.

Практика: Певческая установка. Закрепление навыков певческой установки в процессе активного вокального музицирования.

Прослушивание обучающихся.

3. Вокальная техника

Теория: Распевание как эмоциональная настройка вокалиста. Разогрев певческого аппарата.

Практика: Виды вокальных распевов, распевание на выработку и укрепление певческого дыхания, развитие диапазона, интонации.

Вокальные упражнения с движениями (повороты, шаги, прыжки).

Артикуляционная гимнастика, пение скороговорок и чистоговорок.

4. Разучивание репертуара

Теория: Подбор репертуара, который способствует развитию и укреплению голосового аппарата. Песни должны отвечать детским интересам и способствовать творческому развитию обучающихся. Алгоритм работы при разучивании сохраняется.

Практика: Мотивация к самостоятельной работе над образом.

Работа над сочетанием пения и простейших танцевальных движений.

Сценическая постановка вокальных номеров. Осмысленное и выразительное исполнение репертуара.

5. Работа с микрофонами

Теория: Повторение правил работы с микрофонами.

Практика: Пение в первой и во второй позиции, учет громкости звукоизвлечения.

Использование микрофонов на сценической площадке во время репетиционной работы и на выступлении.

6. Концертная деятельность

Теория: Обсуждение специфики концертной площадки.

Практика: Выступление ансамбля и солистов на сценических площадках.

Участие в вокальных фестивалях и конкурсах.

7. Индивидуальные занятия

Теория: Формирование индивидуального исполнительского образа.

Практика: Упражнения на закрепление правильного дыхания, чистоты интонирования (как результата правильной координации голосового аппарата), а также

упражнения на освобождение горла и снятие мышечного напряжения.

Формирование свободы и раскрепощенности голосового аппарата.

Соединение грудного и головного регистров. При работе над вокализами добиваться плавного звуковедения.

Включение в репертуар песен с элементами джаза и с переходами из мажора в минор или наоборот. Также возможно включать в репертуар маленькие несложные песенки на иностранном языке и детские русские народные песни. Необходимо уделять достаточно внимания актёрским задачам при работе над репертуаром.

Рекомендуемый репертуар

1. Л. Хайтович Вокализы
2. Л. Марченко «Кискин блюз»
3. Ф. Зацепин «Волшебник-недоучка»
4. А. Пугачёва «Папа купил автомобиль»
5. И. Дунаевский «Песенка о капитане», «Песенка о весёлом ветре»
6. И. Николаев «Маленькая страна»
7. А. Ермолов «Прадедушка»
8. Е. Крылатов «Песня о снежинке» из к\ф «Чародеи»
9. Э. Калашникова «Пять минут до урока»
10. А. Островский «Пусть всегда будет солнце»
11. Б. Баккарак «Грустные капельки дождя»
12. М. Дунаевский «Лев и брадобрей»
13. В. Тютюканов «Рыжее чудо», «Детская дружба»
14. К. Ситник «Нон стоп»
15. А. Ермолов «Стану я звездой», «Рождение звёзд»
16. Ф. Клибанов «Крутой»
17. Э. Ханок «Потолок ледяной»
18. А. Ермолов «Осторожно злая собака»
19. О. Полякова «Журавлик»
20. С. Горбачевский «Кто зажигает звёзды»
21. Ю. Привалов «Море»
22. А. Зацепин «Песенка о медведях»

Календарный учебный график

1 год обучения

№ п/п	месяц	Тема занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Форма контроля
1	сентябрь	Организационная работа	Беседа	2	Собеседование
2		Введение в программу	Беседа Практическая работа	4	Тестирование
3		Вокальная техника	Тренинг	4	Наблюдение
4		Разучивание репертуара	Практическая работа	6	Наблюдение
5	октябрь	Вокальная техника	Беседа Тренинг	4	Наблюдение
6		Разучивание репертуара	Практическая работа	10	Наблюдение
		Концертная деятельность	Исполнение репертуара	2	Концертное выступление
	ноябрь	Вокальная техника	Тренинг	4	Наблюдение
		Разучивание репертуара	Практическая работа	10	Наблюдение
		Работа с микрофонами	Практическая работа	4	Наблюдение
	декабрь	Вокальная техника	Тренинг	2	Наблюдение
		Разучивание репертуара	Практическая работа	10	Наблюдение
		Индивидуальная работа	Практическая работа	2	Устная проверка знаний
		Концертная деятельность	Вступление	2	Концертное выступление
	1 полугодие			66	
	январь	Вокальная техника	Тренинг	4	Наблюдение
		Разучивание репертуара	Практическая работа	8	Наблюдение
	февраль	Вокальная техника	Тренинг	4	Наблюдение
		Разучивание репертуара	Практическая работа	12	Наблюдение
	март	Вокальная техника	Тренинг	4	Наблюдение
		Разучивание репертуара	Практическая работа	12	Наблюдение
	апрель	Вокальная техника	Тренинг	4	Наблюдение
		Разучивание репертуара	Практическая работа	6	Наблюдение
		Работа с микрофонами	Практическая работа	4	Наблюдение
		Индивидуальные занятия	Практическая работа	2	Наблюдение
	май	Разучивание репертуара	Практическая работа	6	Наблюдение
		Работа с микрофонами	Практическая работа	2	Наблюдение
		Индивидуальные занятия	Практическая работа	8	Тестирование
		Концертная деятельность	Отчетный концерт	2	Концертное выступление
	2 полугодие			78	
	ВСЕГО			144	

Календарный учебный график

II года обучения

№ п/п	месяц	Тема занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Форма контроля
1	сентябрь	Организационная работа	Беседа	2	Собеседование
2		Введение в программу	Беседа Практическая работа	4	Тестирование
3		Вокальная техника	Тренинг	4	Наблюдение
4		Разучивание репертуара	Практическая работа	6	Наблюдение
5	октябрь	Вокальная техника	Беседа Тренинг	4	Наблюдение
6		Разучивание репертуара	Практическая работа	10	Наблюдение
		Концертная деятельность	Исполнение репертуара	2	Концертное выступление
	ноябрь	Вокальная техника	Тренинг	4	Наблюдение
		Разучивание репертуара	Практическая работа	10	Наблюдение
		Работа с микрофонами	Практическая работа	4	Наблюдение
	декабрь	Вокальная техника	Тренинг	2	Наблюдение
		Разучивание репертуара	Практическая работа	10	Наблюдение
		Индивидуальная работа	Практическая работа	2	Устная проверка знаний
		Концертная деятельность	Вступление	2	Концертное выступление
	1 полугодие			66	
	январь	Вокальная техника	Тренинг	4	Наблюдение
		Разучивание репертуара	Практическая работа	8	Наблюдение
	февраль	Вокальная техника	Тренинг	4	Наблюдение
		Разучивание репертуара	Практическая работа	12	Наблюдение
	март	Вокальная техника	Тренинг	4	Наблюдение
		Разучивание репертуара	Практическая работа	12	Наблюдение
	апрель	Вокальная техника	Тренинг	4	Наблюдение
		Разучивание репертуара	Практическая работа	6	Наблюдение
		Работа с микрофонами	Практическая работа	4	Наблюдение
		Индивидуальные занятия	Практическая работа	2	Наблюдение
	май	Разучивание репертуара	Практическая работа	6	Наблюдение
		Работа с микрофонами	Практическая работа	2	Наблюдение
		Индивидуальные занятия	Практическая работа	8	Тестирование
		Концертная деятельность	Отчетный концерт	2	Концертное выступление
	2 полугодие			78	
	ВСЕГО			144	

Методическое обеспечение программы

Одной из главных задач преподавателя является – выявить в каждом ученике самые лучшие его физические и человеческие качества. В контакте с ним с первых минут общения необходимо раскрыть красоту этих качеств, их значимость для самого ученика, для его окружения, а также необходимость их в творческом процессе. Неординарные проявления должны иметь поддержку. Повышая самооценку, желательно выявить для ученика только ему присущую красоту, внешнюю и внутреннюю. Эта самооценка, воспитанная педагогом, важна для укрепления желаний, воли при необходимости выявить себя через голос. Здоровый голосовой аппарат, хорошая вокальная выучка, ежедневный тренаж могут служить основой, надёжным фундаментом, на котором выстраивается высокое творческое достижение певца. При обучении педагог обязан тонко чувствовать индивидуальную природу голосового аппарата и всю физиологию певческого организма.

Пение упражняет и развивает слух, дыхательную систему (а она тесно связана с сердечно – сосудистой системой), следовательно, невольно занимаясь дыхательной гимнастикой, можно укрепить своё здоровье. Кроме того, пение тренирует артикуляционный аппарат, без активной работы которого речь человека становится нечёткой, нелепой, и слушающий плохо воспринимает информацию, неадекватно на неё реагирует. А правильная ясная речь характеризует ещё и правильное мышление. В процессе пения развивается голос, музыкальный слух и такие общие качества как внимание, память, воображение и эмоциональная отзывчивость детей. В первый год обучения закладываются основы певческой культуры, в каждом последующем вокальные навыки развиваются и совершенствуются.

Эстрадное пение, несмотря на существенные различия с академическим вокалом, базируется на тех же физиологических принципах в работе голосового аппарата.

Основными общими свойствами, характерными для эстрадной манеры пения являются: близость к речевой фонетике, плотное звучание в грудном регистре (исключение – высокие мужские голоса), отсутствие выраженного прикрытия «верхов», использование оперного фальцета у высоких мужских голосов в верхнем регистре.

Стоит отметить, что предмет «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.

Движение на сцене - одно из важнейших составляющих имиджа эстрадного артиста, исполнителю необходимо знать правила поведения на сцене и работы со зрителем, а также, как выходить из неприятных курьёзных ситуаций, которые зачастую случаются в момент выступлений.

В свою очередь актёрское мастерство является проводником к сердцу зрителя. Каждый талантливый певец должен быть хорошим актёром, герой песни – его главная роль, сама же песня должна быть настоящим моноспектаклем. А для того, чтобы выполнить поставленные актёрские задачи необходимо понять и прочувствовать душу главного героя песни, слиться с этим образом и только после этого считать произведение выученным, готовым к показу.

Привитие интереса к предмету «Эстрадное пение» может проходить не только через занятие, но и через массовые мероприятия, такие как: конкурсы, концерты, постановка спектакля, мюзикла.

Петь хочет практически каждый ребёнок за очень большим исключением. А для того, чтобы дети захотели петь, нужно педагогу показать красоту звучания певческого голоса, сделать процесс обучения интересным, убедить ребят в успешности обучения при определённом трудолюбии, внимании и настойчивости с их стороны.

Программа даёт возможность:

1. развить певческий голос:

- освоить технику диафрагмального дыхания;
- добиться чистоты интонирования и опёртого звучания голоса;
- расширить и выровнять диапазон певческого голоса;
- овладеть специфическими эстрадными приёмами в пении.

2. овладеть навыками эстрадного сценического искусства и актёрского мастерства:

- научиться красиво и артистично держаться и двигаться на сцене;
- обучиться актёрским навыкам,
- усовершенствовать дикцию.
- знать основные правила работы с микрофоном и уметь применять их на практике.

3. способствовать формированию внутренней мотивации к творческому самовыражению:

- привить ощущение собственной значимости в обществе,
- стремиться к раскрепощению инициативы и внутренней свободе, к осознанию

своих возможностей и развитию целеустремлённости.

4.расширить музыкальный кругозор учащихся: в процессе обучения познакомить учащихся с великими произведениями советских и зарубежных композиторов.

Основная идея программы:

- привить детям любовь к вокально-исполнительской культуре через эстрадное пение;
- приобщить ребёнка к культурным традициям вокального музыкального искусства;
- развить вокальные, слуховые, интонационные и другие навыки для успешной реализации своих творческих возможностей;
- заложить в ребёнке фундаментальные основы духовно-нравственного развития личности в перспективе его жизненного самоопределения.

Психолого-педагогические и методические требования к реализации программы:

- Максимальное проявление внимания к каждому ребёнку, выявление и реализация его индивидуальности через вокальное исполнительство.
- Создание творческой, психологически-комфортной атмосферы занятий.
- Реализация вокально-исполнительского потенциала учащихся через концертные и конкурсные мероприятия как внутри Дворца творчества, так и за его пределами.
- Музыкально-игровые, образно-сценические методы преподавания на всех этапах обучения.

Критерии подбора репертуара.

Так как эстрадное пение отличается многообразием индивидуальных исполнительских манер, то необходимо подбирать произведение, подходящее ученику по его голосу и тембру, найти индивидуальность в манере исполнения. Необходимо осуществлять дифференцированный подход к ученикам, в соответствии с их способностями, тонко чувствовать физиологию каждого ребёнка – главное правило «Не навреди!». В мутационный (переходный) возрастной период педагог должен быть предельно осторожен и внимателен. Формы мутации протекают по-разному: у одних мягко и постепенно, у других более ощутимо (голос срывается), но тем не менее, работу над техникой не нужно останавливать, а вот репертуар следует подбирать более внимательно, учитывая индивидуальные голосовые особенности и работая в ограниченном диапазоне.

Необходимо знать закономерности музыкально – певческого развития детей и уметь предугадать динамику развития обучающихся под влиянием отобранного репертуара, уметь гибко и полноценно реагировать в учебно-воспитательном плане на новые веяния в

современной музыкальной жизни. Отбор произведений – процесс сложный: с одной стороны, в нем фокусируется педагогический и музыкальный опыт, культура преподавателя, с другой стороны, характер отбора обусловлен спецификой музыкального материала, особенностями тех, кто его усваивает.

Серьёзного внимания заслуживает анализ произведения в тембровом отношении, то есть выявление особенностей выразительных средств, которые могут оказать то или иное влияние на характер певческого звучания, на тембр голоса в процессе работы над песней.

Формы, принципы и методы работы.

Принципы:

В основе предмета «эстрадное пение» должны лежать следующие педагогические принципы:

- единство технического и художественно – эстетического развития учащегося;
- постепенность и последовательность в овладении мастерством эстрадного пения;
- использование ассоциативного мышления в игровых формах работы с детьми;
- принцип эмоционального положительного фона обучения;
- индивидуальный подход к учащемуся.

Формы:

- учебное занятие;
- контрольный (открытый) урок;
- отчётный концерт;
- участие в конкурсах, фестивалях;
- посещение концертов, музыкальных спектаклей.

Методы:

1. Метод демонстрации: прослушивание лучших образцов исполнения, использование наглядных пособий, личный пример.

2. Словесный метод:

- беседа;
- рассказ;
- обсуждение;
- сообщение задач.

3. Метод разучивания:

- по элементам;
- по частям;

- в целом виде.

4. Метод анализа: все выступления в процессе обучения учеников желательно снимать на видеокамеру и совместно с ними анализировать, выявлять ошибки, подчёркивать лучшие моменты выступления.

Структура проведения занятия по предмету «Эстрадное пение»

№	Задачи	Кол-во времени	Пояснения	Примечания
1	Выполнение комплекса упражнений на развитие и поддержание диафрагмального дыхания, а также дикционная гимнастика и мимический тренинг и др.	5-10	Необходимо систематически выполнять дыхательные упражнения, чтобы довести до совершенствования технику дыхания и владение ей. Дикционные упражнения дают возможность тренировать весь речевой аппарат и, как в тренажёрном зале, постепенно развивать мышцы органов речи (губ, языка, мягкого неба, голосовых связок) необходимых для произнесения звуков. Дикционные упражнения необходимы т. к. близость к речевой фонетике – основное свойство, характерное для эстрадной манеры пения.	Важна системность занятий. Определённые упражнения должны даваться детям в качестве домашней работы и проверятся на каждом последующем уроке. Упражнения можно комбинировать по урокам.
2	Выполнение вокальных упражнений – распевок.	10-15	Основная функция вокальных упражнений – систематическое совершенствование вокальных данных: постановка правильной опоры и атаки звука, стремление к развитию и выравниванию диапазона, а также к подвижности, лёгкости и гибкости голоса и т. д. Кроме того, выполнение вокальных упражнений помогает разогреть и подготовить голосовой аппарат для дальнейшей вокальной работы.	Упражнения могут подбираться как индивидуально для каждого ученика, так и для групп учеников с одинаковыми вокальными задачами или проблемами. С каждым последующим годом обучения педагог усложняет данные упражнения, либо предлагает новые на уровень сложнее.
3			В работе над репертуаром можно выделить следующие этапы:	Репертуар за полгода обучения

Работа над репертуаром.	25- 30	<p>- разучивание песни (точность мелодии, ритма, расстановка дыхания, стилистические моменты).</p> <p>- работа по тексту (дикция, идея произведения, характер, актёрские задачи)</p> <p>- исполнение песни под аккомпанемент ф-но или минусовую фонограмму (контроль за процессом впеваания, работа с микрофоном)</p> <p>- сценическое движение (жест, мимика, раскрытие образа).</p>	<p>должен включать в себя от 1 – 4 музыкальных произведений в зависимости от года обучения ученика.</p> <p>Сложность и уровень произведений определяет педагог в зависимости от поставленных задач в обучении ученика и его возможностей на момент подбора песни.</p>
-------------------------	--------	---	---

Технологии обучения

- *Технология дифференцируемого обучения* способствует созданию оптимальных условий для развития интересов и способностей учащихся. Механизмом реализации являются методы индивидуального обучения.
- *Технология личностно-ориентированного обучения* – это организация воспитательного процесса на основе глубокого уважения к личности ребёнка, учёте особенностей его индивидуального развития, отношения к нему как к сознательному, полноправному и ответственному участнику образовательного процесса. Это формирование целостной, свободной, раскрепощённой личности, осознающей своё достоинство и уважающей достоинство и свободу других людей.
- *Технология проблемного обучения* ставит своей целью развитие познавательной активности и творческой самостоятельности учащихся. Механизмом реализации является поисковые методы, приема поставки познавательных задач, поставив перед учащимися задачу, которую они выполняют, используя имеющиеся у них знания и умения.
- *Технология развивающего обучения*, при котором главной целью является создание условий для развития психологических особенностей: способностей, интересов, личностных качеств и отношении между людьми, при котором учитываются и используются закономерности развития, уровень и способности индивидуума. Под развивающим обучением понимается новый, активно-деятельный способ обучения, идущий на смену объяснительно-иллюстративному способу.
- *Технологии сотрудничества* реализуют равенство, партнерство в отношениях педагога и ребенка. Педагог и учащиеся совместно вырабатывают цели, содержание, дают оценки, находясь в состоянии сотрудничества, сотворчества.
- *Здоровьесберегающие технологии* – создание комплексной стратегии улучшения здоровья учащихся, разработка системы мер по сохранению здоровья детей во время обучения и выработка знаний и навыков, которыми должен овладеть учащийся.
- *Информационные технологии*, использующие специальные технические информационные средства: компьютер, аудио-, видео- средства обучения.

Использование перечисленных технологий характеризует целостный образовательный процесс по эстраднему вокалу и является формой организации учебной

и творческой деятельности, где каждый ребенок не только обеспечивается полной свободой творческой инициативы, но и нуждается в продуманной стратегии, отборе средств выражения, планировании деятельности.

Применяя современные педагогические технологии на уроках вокального исполнительства позволяют достигать высоких результатов в конкурсной деятельности, чувствовать «ситуацию успеха» и продолжать с интересом развиваться в данном направлении.

Дидактические материалы:

1. Музыкальный словарь.
2. Устройство и работа голосовых органов (таблица, фотографии, плакаты).
3. Нотные схемы. Таблица В.А. Чернушенко.
4. Ритмические схемы.
5. Упражнения.
6. Конспекты открытых занятий.
7. Нотный материал.
8. Тексты песен.
9. Фонограммы «+», «-».
10. Ноты и фонограммы для распевания по системе С. Ригса.
11. Методические рекомендации по системе упражнений А. Стрельниковой (Приложение №6).
12. Материалы для бесед (Приложение №4).
13. Методы работы над певческим дыханием (Приложение №5).

ПРИЛОЖЕНИЕ №1

ТРЕБОВАНИЯ К ЗАНЯТИЯМ

Все занятия, особенно на первом этапе, должны быть подчинены главной цели: увлечь детей пением, коллективным творчеством, самой музыкой. Для достижения этой цели особенно важна творческая атмосфера в коллективе. Необходимо вызвать интерес к разучиваемой песне, к ее создателям. Очень важно воспитать у детей и любовь к самому процессу совместного пения. Поэтому каждая репетиция должна стать, прежде всего, занятием, на котором руководитель всячески старается создать коллектив единомышленников (сопереживателей музыки).

Занятия должно начинаться вовремя, необходимо не допускать опозданий детей на урок, воспитывать у них привычку к пунктуальности. За несколько минут до начала занятий все уже должны сидеть на местах, дежурный должен отметить присутствующих и отсутствующих.

Я практикую в своей работе «музыкальное» приветствие. Можно и весь рапорт пропеть на заранее придуманную мелодию или речитатив. Это уже будет элемент игры. Можно, конечно, ничего этого не делать, но тогда не возникает атмосфера необыкновенности, которая, как я считаю, должна быть на каждом занятии.

Основное условие правильной постановки вокального воспитания — подготовленность руководителя для занятий пением. Идеальным вариантом становится тот случай, когда

педагог обладает красивым голосом. Тогда вся работа строится на показах, проводимых самим педагогом. Но и другие формы работы позволяют успешно решать вопросы вокального воспитания. В таких случаях педагог часто использует показ с помощью ребят. Путем сравнения выбираются лучшие образцы для показа. В каждом коллективе есть дети, от природы правильно поющие, с красивым тембром и правильным звукообразованием. Систематически применяя наряду с коллективной вокальной работой индивидуальный подход к обучающимся, педагог постоянно следит за вокальным развитием каждого из них. Но даже при самой правильной постановке вокальной работы она приносит разные результаты у разных детей. Мы знаем, что как нет двух внешне одинаковых людей, так нет и двух одинаковых голосовых аппаратов. Групповые занятия должны отличаться большой динамичностью, эмоциональностью, разнообразным использованием форм музыкального общения (пение всей группой, дуэтом, трио, переключки, сольное исполнение).

Очень разнообразят и оживляют занятия творческие упражнения - варьирование и импровизация мелодий, сочинение стихов. Слушание песен, посещение концертов, беседы о музыке – это помогает развить у детей художественный вкус.

Также на занятиях ребята учатся умению правильно анализировать собственное исполнение произведений для наиболее точного определения ошибок, чистоты интонирования, соотношение голоса и фонограммы, качество подпевок (бэк-вокала). Все это делается при помощи специальной звукозаписывающей аппаратуры. Этот способ контроля позволяет достичь таких высоких результатов, которых другими способами и методами достичь невозможно.

При отборе наиболее эффективных приемов вокальной работы с детьми на занятии опираюсь на опыт прогрессивных методистов прошлого и настоящего времени. Среди известных методических приемов для развития слуха и голоса применяю следующие.

1. Приёмы развития слуха, направленные на формирование слухового восприятия и вокально-слуховых представлений:

- слуховое сосредоточение и вслушивание в показ учителя с целью последующего анализа услышанного;
- сравнение различных вариантов исполнения с целью выбора лучшего;
- введение теоретических понятий о качестве певческого звука и элементах музыкальной выразительности только на основе личного опыта учащихся;
- пение «по цепочке»;
- моделирование высоты звука движениями руки;
- отражение направления движения мелодии при помощи рисунка, схемы, графика, ручных знаков, нотной записи;
- настройка на тональность перед началом пения;
- устные диктанты;
- выделение особо трудных интонационных оборотов в специальные упражнения, которые исполняются в разных тональностях со словами или вокализацией;
- в процессе разучивания произведения смена тональности с целью поиска наиболее удобной для детей, где их голоса звучат наилучшим образом.

2. Основные приемы развития голоса, относящиеся к звукообразованию, артикуляции, дыханию, выразительности исполнения:

- вокализация певческого материала легким стаккатируемым звуком на гласный «У» с целью уточнения интонации во время атаки звука и при переходе со звука на звук, а также для снятия форсировки;
- вокализация песен на слог «лю» с целью выравнивания тембрового звучания, достижения кантилены, оттачивания фразировки и пр.;
- при пении восходящих интервалов верхний звук исполняется в позиции нижнего, а при пении нисходящих - напротив: нижний звук следует стараться исполнять в позиции

верхнего;

- расширение ноздрей при входе (а лучше - до вдоха) и сохранения их в таком положении при пении, что обеспечивает полноценное включение верхних резонаторов, при этом движении активизируется мягкое небо, а эластичные ткани, выстилаются упругими и более твердыми, что способствует отражению звуковой волны при пении и, следовательно, резонирования звука;
- целенаправленное управление дыхательными движениями;
- произношение текста активным шёпотом, что активизирует дыхательную мускулатуру и вызывает чувство опоры звука на дыхание;
- беззвучная, но активная артикуляция при мысленном пении с опорой на внешнее звучание, что активизирует артикуляционный аппарат и помогает восприятию звукового эталона;
- проговаривание слов песен нараспев на одной высоте слегка возвышенным голосом по отношению к диапазону речевого голоса; внимание детей при этом должно быть направлено на стабилизацию положения гортани с целью постановки речевого голоса;
- вариативность заданий при повторении упражнений и заучивания песенного материала за счет способа звуковедения, вокализируемого слога, динамики, тембра, тональности, эмоциональной выразительности и т.п.

После каждого занятия следует подвести итоги, отметить активность отдельных членов группы, обобщить проделанную работу.

В результате систематических занятий вокалом у детей улучшается эмоциональная восприимчивость к музыке. Вежливость, простота, общительность, внимание к окружающим, доброжелательность – вот те черты, которые воспитываются у детей в процессе вокальных занятий.

ПРИЛОЖЕНИЕ №2

ТРЕБОВАНИЯ К РЕПЕРТУАРУ

Необходимым условием формирования вокально-хоровых навыков является правильный подбор репертуара, и об этом руководитель ансамбля должен позаботиться заранее, так как это очень важно: **от того что будут петь дети зависит то, как они будут петь.**

Так как эстрадное пение отличается многообразием индивидуальных исполнительских манер, то необходимо подбирать, прежде всего, произведения высокого художественного уровня, музыкальный язык и образный строй которых соответствует душевному миру и пониманию ребёнка (подростка), подходящие по голосу и тембру, то есть учесть психологические, физические, гендерные особенности. В работе использовать произведения, обладающие не только выразительной мелодией, но и хорошим грамотным текстом, помогающие воспитывать у юных исполнителей эстетическую культуру и художественный вкус. Необходимо осуществлять дифференцированный подход к детям. В соответствии с их способностями не забыть, о так называемой харизме (личном обаянии) исполнителя. В мутационный возрастной период педагог должен быть предельно осторожен и внимателен.

Чтобы правильно подобрать репертуар, педагог должен помнить о задачах, поставленных перед хором, и выбранное произведение так же должно быть направлено на отработку некоторых навыков. Репертуар должен отвечать таким требованиям:

- 1) Носить воспитательный характер
- 2) Быть высокохудожественным
- 3) Соответствовать возрасту и пониманию детей

- 4) Соответствовать возможностям данного исполнительского коллектива
- 5) Быть разнообразным по характеру, содержанию
- 6) Подобранным трудностям, т.е. каждое произведение должно двигать ансамбль вперёд в приобретении тех или иных навыков, или закреплять их.

Брать сложные и объёмные произведения не следует. Для детей, которые будут петь это, может оказаться неразрешимой задачей, и это обязательно скажется на продуктивности в их работе, и может повлечь за собой утомление, потерю интереса к делу, которым он занимается. В некоторых случаях даже отчуждение от пения вообще (зависит от характера ребёнка). Но сложные произведения должны входить в репертуар, их следует брать с осторожностью и с учётом всей последующей работы. В то же время большое количество легких произведений должны быть в репертуаре ограниченно, так как лёгкая программа не стимулирует профессиональный рост. А также естественно он должен быть интересен детям, это даёт даже некоторое облегчение в работе, так как дети будут стремиться, как можно лучше, заниматься и прислушиваться к каждому слову руководителя.

Учебный репертуар программы является ориентировочным, допустимо творческое отношение педагога к поиску новых произведений. Возможно транспонирование их в удобную тональность, а также отказ от морально устаревших и внесение новых, соответствующих окружающей действительности, произведений.

Вложение в репертуар классики и народной музыки – обязательное условие роста эстрадного певца, как в исполнительском, так и в обще - музыкальном развитии. У ученика, «питающегося» только современным эстрадным материалом, исполнительский «потолок» значительно ниже.

Репертуар составляется с учетом тех или иных праздников и дат. Все это придаёт определённый тематический смысл занятиям вокального кружка.

Выбирая репертуар и исполняя его, мы воспитываем отношение к музыке у учащегося. *Каждое исполненное произведение любого жанра и стиля должно быть ступенькой к самосовершенствованию, воспитанию профессионализма, музыкального вкуса, а также, рассматриваться с позиции, что оно может дать ребёнку в образовательном плане.*

ПРИЛОЖЕНИЕ №3

СОВЕТЫ ВОКАЛИСТАМ

- Не пытайтесь петь громче, чем вам дано.
- Не злоупотребляйте слишком долгим использованием голоса (особенно при записи в студии), даже при абсолютно правильном пении связки устают.
- Боритесь с громким звучанием фонограмм, не пытайтесь перекричать играющий во всю силу ансамбль
- С самого начала надо петь в полный нормальный голос. Тихое пение – это миниатюрный вариант громкого, и до тех пор. Пока вы не научитесь мощному пению, вы не сможете петь тихо. Но не надо форсировать звук.
- Не подражайте чужому тембру.
- Не издавайте резких звуков, которые сжимают горло и нарушают согласованность действия мышц горла и гортани (только при этой согласованности возникает голос). Горло должно быть свободным.
- Главное правило пения состоит в том, что наилучшие результаты всегда достигаются при минимальных усилиях.

- Никогда не забывайте, что инструмент, с помощью которого вы извлекаете звуки, - это мышцы, кровеносные сосуды, нервные окончания, это живая материя, с которой надо обращаться бережно.

ПРИЛОЖЕНИЕ №4

МАТЕРИАЛЫ К БЕСЕДАМ

Певческий голос

Пение – естественный процесс, не надо напрягаться, дергаться, особенно это относится к артикуляционному аппарату. Во время пения лицо должно оставаться всегда спокойным и естественным. Если лицо напрягается, то неизбежно напрягается и весь артикуляционный аппарат. Чем более спокойными останутся лицо, челюсть, рот, язык, тем раньше появится положительный результат.

Наиболее типичной ошибкой является поджатая, выдвинутая вперед или очень напряженная при пении нижняя челюсть и напряженный язык. Это приводит к неправильному формированию звука и, как результат, к невнятному произношению текста и форсированному звучанию. Челюсть должна свободно «ходить» и нигде не зажиматься. Положение языка тоже должно быть естественным, он не должен ни вставать горкой, что способствует задиранию гортани, ни излишне глубоко укладываться, что может привести к горловому призвуку.

Певческая установка

Сегодня мы займемся очень важным делом – будем учиться правильной вокально-певческой постановке корпуса во время пения.

От того, как вы держите «корпус», зависит осанка и даже самочувствие. Хорошая осанка необходима всегда, а во время пения – особенно.

Чтобы голос звучал свободно, легко, нужно, чтобы ему ничто не мешало: плечи должны быть опущены, спина прямой, не нужно вытягивать шею и высоко поднимать подбородок (а то сразу же станешь похожим на петуха, который всех хочет перекричать).

Очень важно психологически почувствовать в себе наличие своеобразного стержня, который объединяет все части тела от головы до ног. Для нахождения этого же ощущения надо, взявшись кистями за локти, поднять руки в согнутом положении и положить их за голову.

Заниматься пением лучше всего стоя. Только при большой продолжительности занятий можно сидеть, не касаясь спинки, на краю стула.

Если приходится петь сидя, не ставьте ноги на стул того, кто сидит перед вами, чтобы не горбиться: это очень мешает свободному звучанию голоса. Нужно сесть прямо, руки положить на колени.

Поговорим о дыхании

Дыхание не должно быть прерывистым, коротким и чрезмерно длинным. Дыхание должно быть ровным! Старайтесь вдыхать ртом и носом одновременно. Рот чуть приоткрыт. Ощущение такое, как будто вы нюхаете цветок. При таком положении аппарата все мышцы правильно сокращены.

Не старайтесь говорить очень длинную фразу или несколько фраз на одном дыхании. Это вредно. Из-за нехватки дыхания голос будет угасать и перейдет на горло, а в таком состоянии аппарат очень быстро устает, слушатель же через некоторое время от нехватки воздуха начнет зевать и чувствовать дискомфорт.

Слух является основным регулятором голоса

Голос напрямую связан со слухом. Без участия слуха голос не может правильно формироваться. Качество голоса зависит от состояния здорового аппарата точно так же, как слуховой аппарат от состояния здоровья голосового аппарата: здесь связь двусторонняя – одно не может существовать без другого.

Слуховые восприятия через деятельность голосовых органов, слушая речь, музыку или пение, мы «про себя», а иногда и вслух, повторяем их и только после этого воспринимаем. Перед тем как воспроизвести звук, необходимо представить себе его будущее звучание. Для воспитания внутреннего слуха детей важно научить их сознательному интонированию. Этому способствует пение без сопровождения (выработка более сосредоточенного внимания, поющего).

Мелодия

Греческое слово «мелодия» означает «пение», «напев». Мелодию можно напеть или сыграть на каком-нибудь музыкальном инструменте.

Мелодия лежит в основе любого музыкального произведения. Она является, как часто говорят, душой музыки. Благодаря мелодии музыка способна передать любые наши переживания и чувства.

Мелодия всегда имеет тот или иной ритм – чередование звуков, различных по длительности и силе звучания. Короткие звуки сменяются более длинными, протяжными, слабые – сильными.

Из чего складывается мелодия? Из семи основных звуков лада.

Сколько же можно сложить мелодий из семи звуков? Миллиарды! Бесчисленное множество! И ни одна не будет повторять другую.

Вокальная музыка

Итальянское *vokale* означает голосовой. То есть это музыка для голоса или многих голосов. Петь человек научился в глубокой древности – сначала это, скорее всего, были звуковые сигналы, связанные с охотой, войной или совместным трудом. Постепенно вокальная музыка стала самостоятельным искусством, отделившись от ритуалов, которые она сопровождала, и от танца.

Вокальная музыка звучит в различных жанрах – это может быть песня, романс, опера, оратория, кантата. За немногими исключениями вокальные произведения состоят не только из музыки, но и из слов. Наибольшее развитие вокальная музыка получила в эпоху средневековья.

Песня

Песня относится, прежде всего, к вокальной музыке и к народному музыкальному творчеству. Именно в песне каждый народ выражает свои чувства, настроения, желания, намерения, мечты.

В песне закрепляется образ мыслей и чувств народа, его философия, его отношение к жизни, к любви, к детям, к природе – животным, цветам, растениям; к своей истории, к своей Родине.

Каждая эпоха имеет свои песни – по ним можно понять, чем жили люди.

Песни бывают самые разные по жанрам, количеству исполнителей, тематике. Это лирические, былинные, революционные, «цыганские» - в духе городского романса, авторские, эстрадные, массовые, хоровые. Есть песни – плачи и жалобы, а есть песни, зовущие на подвиг, песни протеста. Есть песни времен Гражданской и Великой Отечественной войн, песни – баллады, написанные на какой-то развернутой сюжет. Есть песни детские (фольклорного происхождения) – веселые считалки, дразнилки, прибаутки, теплые, душевные колыбельные. Большое признание у детей получили песни

на современные эстрадные мотивы – песни из мультфильмов, сказок, художественных фильмов.

Композиторы бережно и любовно относятся к народной песне. Для них это – неисчерпаемый мелодический источник, а главное – заповедное слово о душе народа.

Если авторы (композитор и поэт) люди талантливые, то их песня может жить очень долго, иногда становясь как бы народной.

Необычайно широкое распространение имеет песня и в наши дни. Поскольку она отличается сравнительной простотой формы, то пишут песни многие – от профессионалов до любителей.

В современной России огромное количество авторов песен. Музыканты рок-групп поют, как правило, только свои собственные песни. Тексты таких песен обычно не имеют литературной ценности и должны восприниматься лишь наряду с мелодией, инструментальным сопровождением и голосом исполнителя. Но иногда сочинители песен пишут музыку на шедевры русской поэзии – стихи С.Есенина, М.Цветаевой, О.Мандельштама, Б.Пастернака. В таких случаях мелодия, как правило, является лишь музыкальным аккомпанементом к гениальным строкам.

АТАКА ЗВУКА

Атака – это степень и характер включения в работу голосовых связок в начале пения.

Атака – твердая, мягкая и придыхательная.

ТВЕРДАЯ АТАКА – голосовая щель плотно замыкается перед началом звука, а затем с силой прорывается напором выдыхаемого воздуха. Твердая атака применяется при выражении характера пения: негодование, отчаяние, чувство страсти, испуга и страдание.

МЯГКАЯ АТАКА – голосовые связки смыкаются, сближаясь неплотно, в самый момент начала звучания, а не перед ним. Мягкая атака применяется при выражении характера пения: широты, округленности, мягкости, благородстве и эмоциональной выразительности.

ПРИДЫХАТЕЛЬНАЯ АТАКА – при неполном смыкании связок, когда происходит значительная утечка воздуха. Придыхательная атака применяется при выражении характере пения: осторожности, изнеможения.

ОПОРНЫЙ ЗВУК

Мотив – самая маленькая смысловая единица музыки. Из мотивов складываются фразы. В каждой фразе есть наиболее выразительный **ОПОРНЫЙ ЗВУК**.

Если фраза состоит из двух мотивов, и, следовательно, в ней имеются два опорных звука, то один из них сильнее.

ОПОРНЫЙ ЗВУК – УСТОЙЧИВЫЙ, СИЛЬНЫЙ, ПЛОТНЫЙ.

Упражнение с приседанием на опорный звук - пропеть на акценты, постепенно меняя их с третьего звука, чтобы подключилась спина, с приседанием или с наклонами на опорные звуки вперед.

МЕЛИЗМЫ

Мелизмы – это различные приемы украшения основного звука вспомогательными.

В эстрадно-джазовом вокале используется большое количество различных красок и приемов. Можно не иметь большого голоса, но за счет владения техникой приемов можно стать мастером в своем жанре. Соблюдение в процессе работы определенных стадий и этапов, а также использование специальных приемов помогают развитию музыкально-творческого мышления исполнителя-это является одной из главных задач воспитания как музыкантов-профессионалов, так и любителей.

1. Мордент – украшение основного звука.

При исполнении мордента опорным является первый звук, что отличает его от форшлага, где акцентируется следующий за ним звук.

2. Форшлаг - вспомогательные звуки, украшающие основную мелодию. Они записываются мелким шрифтом и используются легко и свободно. Если мелодия начинается с форшлага, то он начинается как нота затакта.

3. Группетто может стоять над нотой и между нотами.

4. Трель заключается в быстром многократном чередовании основного звука с соседним, степенью выше.

5. Тремоло – быстрое чередование звуков.

6. Глиссандо – медленное скольжение, плавное движение во всём диапазоне.

УНИСОН

В самом начале работы возникает задача приведения певцов к общему тону. Используя цепное дыхание при соблюдении очень небольшой силы голоса, певцы долго тянут один звук и, внимательно вслушиваясь в общее звучание, стараются слиться со всеми голосами в унисон по высоте, силе и тембру.

Полученное звучание следует постепенно переносить на соседние звуки вверх и вниз. Если в звуке хора появится избыточное напряжение, то это будет свидетельствовать о каком-либо нарушении координации в работе голосового аппарата. В таком случае следует вернуться на звук примарной зоны, снять форсировку, обратить внимание вокалистов на правильную певческую установку, по возможности устранить излишнюю напряженность мышц, участвующих в голосообразовании, и при движении голоса вверх попытаться облегчить звук.

ВОКАЛЬНАЯ ПОЗИЦИЯ

Правильный вдох формирует оптимальную вокальную позицию, подготавливая «место» для звука: мягкое нёбо приподнимается, образуя своеобразный «купол», язык уплощается, нижняя челюсть свободно опускается, и все это должно происходить совершенно естественно. При вдохе у певца должно быть ощущение зевка, гортань должна расслабиться, установиться в низкое певческое положение, и в таком положении она должна оставаться на протяжении всего пения. Очень часто слышны напоминания ученику о близком, позиционно высоком звучании, о ярком, не засоренном никакими лишними призвуками, голосе. Часты напоминания и о работе резонаторов.

РЕЗОНАТОРЫ

– это полости, которые под давлением струи воздуха начинают вибрировать, тем самым придавая голосу окраску, наполняя его обертонами, силой. Существуют головные резонаторы – лобные пазухи, гайморова полость – и грудные резонаторы – бронхи.

Нужно следить за тем, чтобы были задействованы головные и грудные резонаторы. Важно, чтобы звук все время как бы фокусировался в одной точке. Это требование предъявляется как на голосовых упражнениях, так и на упражнениях с закрытым ртом. Чем меньше будет присутствовать во время пения носовых и горловых призвуков, чем выше и точнее будет вокальная позиция, тем чище и естественнее будет тембр голоса.

ЗВУКООБРАЗОВАНИЕ

В основе звукообразования лежат: связное пение (легато), активная (но не форсированная) подача звука, выработка высокого, головного звучания наряду с использованием смешанного и грудного регистра.

Чтобы добиться правильного звукообразования на начальном этапе обучения вокалу,

необходимо чаще предлагать учащимся выполнить упражнение: пение закрытым ртом звука «м». Зубы при этом должны быть разжаты, мягкое нёбо активизировано в легком зевке, звук должен посылаться в головной резонатор, под которым в вокальной педагогике имеется в виду верхняя часть лица с ее носоглоточной полостью. Посыл звука в переднюю часть твердого нёба на корни передних верхних зубов обеспечивает его наилучшее резонирование, благодаря чему звук приобретает силу, яркость и полетность.

Гласные «и», «е», «у» являются наиболее «узкими», собранными по звучанию, они обеспечивают наилучшее резонирование, и именно поэтому выработка головного звучания начинается с них.

Для овладения приемом прикрытия используются упражнения на пение слогами *лѐ, му, гу, ду*. Для формирования прикрытого звука можно рекомендовать пение так называемых йотированных гласных – «йэ», «йа», «йо», «йу», способствующих выработке головного звучания.

ДИКЦИЯ

Вокальная дикция, то есть четкое и ясное произношение слов во время пения, имеет свои особенности по сравнению с речью. Отчетливое произношение слов не должно мешать плавности звукового потока, поэтому согласные в пении произносятся по возможности быстрее, с тем чтобы дольше прозвучал гласный звук.

Дикция зависит от органов артикуляции – нижней челюсти, губ, языка, мягкого нёба, глотки. Для развития гибкости и подвижности артикуляционного аппарата используются различные скороговорки типа: «Рапортовал, да недорапортовал, а стал дорапортовывать – совсем зарпортовался», «От топота копыт пыль по полю летит», «Купил кипу пик» и т. п.

Развитие артикуляционного аппарата каждого ребенка – это главное условие успешной концертно-исполнительской деятельности коллектива.

Упражнение на дикцию «Апчи...»

По аналогии с междометием «апчи» подбираются интересные варианты сочетания согласных звуков, например, «апри...», «анги...», «акви...» и т.д. Их можно просто проговаривать, но эффективнее их будет пропевать, например, нижний тетраорд мажорной гаммы с продвижением вверх и вниз.

РЕЧЕВЫЕ ИГРЫ И УПРАЖНЕНИЯ

(по принципу педагогической концепции Карла Орфа). Эта форма работы хороша для общего музыкального развития, так как она легка и доступна для всех детей. Использование речевых упражнений помогает развивать у детей чувство ритма, формировать хорошую дикцию, артикуляцию, помогает ввести его в мир динамических оттенков и темпового разнообразия, познакомить с музыкальными формами. Их легкость и занимательность таят в себе множество музыкальных открытий: ритмических, интонационных, тембровых. Украшенные выразительной мимикой и жестами, они развивают творческое воображение, фантазию и доставляют огромное удовольствие детям. Разнообразие методов и приемов, применяемых в работе с одной моделью, даёт возможность каждый раз по-новому взглянуть на неё.

СЛУШАНИЕ МУЗЫКАЛЬНЫХ ПРОИЗВЕДЕНИЙ

Прослушивание небольших музыкальных произведений.

Прослушивание небольших музыкальных произведений с целью воспитания эмоционально-эстетической отзывчивости на музыку.

Формирование осознанного восприятия музыкального произведения.

Введение понятий: вступление, запев, припев, куплет, вариация.

Прослушивание ярких образцов музыкальной культуры лучшими исполнителями.
Краткий рассказ о музыкальном произведении, сообщение о композиторе, об авторе слов.

Раскрытие содержания музыки и текста, особенностей музыкально-выразительных и исполнительских средств.

Важно научить детей «погружаться» в музыку. Необходимо достичь того, чтобы обучающиеся почувствовали, что в каждом из них есть не только внутренний слух, но и внутреннее зрение.

Развитие внутреннего слуха и внутреннего зрения – основа развития творческого воображения, которое человеку необходимо не только в искусстве, но в любой области, в какой бы он ни работал. Особое значение приобретает развитие интонационного слуха, без которого невозможно понимание музыки.

В процессе обучения происходит формирование у детей умения воспринимать и исполнять музыку.

ТЕОРЕТИКО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ РАБОТА

Беседа о гигиене певческого голоса является важнейшей, так как незнание голосового аппарата, элементарных правил пользования голосом ведет к печальным результатам. Желательно, чтобы в области вокального пения обучающиеся приобрели знания об особенностях звучания своих изменившихся голосов, вызванных мутацией, приучались «нейтрализовать» некоторые негативные свойства «поведения» голоса в мутационный период.

ПРИЛОЖЕНИЕ №5

МЕТОДЫ РАБОТЫ НАД ПЕВЧЕСКИМ ДЫХАНИЕМ

Певческое дыхание.

Основой вокальной техники является навык правильного певческого дыхания, так как от него зависит качество звука голоса.

Певческое дыхание во многом отличается от обычного жизненного дыхания. Выдох, во время которого происходит формация, значительно удлиняется, а вдох укорачивается. Основной задачей произвольного управления певческим дыханием является формирование навыка плавного и экономного выдоха во время фонации.

Обращающийся должен уметь дышать глубоко, но одновременно легко, быстро и незаметно для окружающих. Певческий вдох следует брать достаточно активно, но бесшумно, глубоко, одновременно через нос, с ощущением легкого полужевка. Во время вдоха нижние ребра слегка раздвигаются в стороны. Перед началом пения нужно сделать мгновенную задержку дыхания, что необходимо для точности интонирования в момент атаки звука.

Скорость вдоха и продолжительность задержки дыхания зависят от темпа исполняемого произведения; чем подвижнее темп, тем они быстрее. Во время фонационного выдоха необходимо стремиться сохранить положение вдоха, то есть зафиксировать нижние ребра в раздвинутом состоянии. Стремление певца к сохранению этого положения во время пения будет способствовать появлению у него ощущения опоры звука.

Вдох по активности и объему должен соответствовать характеру музыки и длине музыкальной фразы, которую предстоит исполнить.

На первом этапе работы одним из методов является использование дыхательных упражнений вне пения.

Дыхательные упражнения без пения необходимы лишь в том случае, когда вводится понятие о правильных дыхательных движениях. С этой целью рекомендуется несколько

упражнений в определенной последовательности.

Для формирования более прочного навыка правильных дыхательных движений упражнения следует выполнять регулярно. Этим упражнениям обычно отводится 2–3 минуты. Их можно использовать как дыхательную гимнастику для отдыха в процессе репетиции, и особенно рекомендуется применять в работе с ансамблем.

Нередко в практике ансамблевой работы с детьми используется метод произнесения слов песни в ритме мелодии активным шепотом с четкой артикуляцией. Этот метод не только укрепляет дыхательные мышцы, способствует появлению ощущения опоры на дыхание, но и тренирует артикуляционный аппарат.

Дыхание тесно связано с другими элементами вокальной техники: атакой звука, дикцией, динамикой, регистрами голоса, интонированием и т. д.

Например, от перебора дыхания возникают излишние мышечные напряжения в голосовом аппарате, в том числе и зажатость артикуляционных органов, что приводит к ухудшению качества дикции, напряженности звучания голоса, быстрому утомлению певцов. Отсутствие момента задержки дыхания также порождает звук интонационно неточный, как бы с «подъездом» к заданному тону, как правило, снизу. Таким образом, певческое дыхание является основой вокальной техники. Приобретение других вокальных навыков во многом зависит от приобретения навыка певческого дыхания.

Цепное дыхание.

Одним из преимуществ коллективного пения является возможность исполнения любых по длине музыкальных фраз и даже целых произведений на непрерывном дыхании (например, русской народной песни «Степь да степь кругом», латышской народной песни «Вей, вей ветерок» и многих других).

Обычно это протяжные песни, которые от начала до конца исполняются непрерывно, медленно и плавно. В большинстве случаев для них характерно сквозное динамическое развитие. Этот звуковой эффект основан на использовании так называемого цепного дыхания, когда певцы вокальной группы берут дыхание не одновременно, а последовательно по одному, как бы по цепочке.

Основные правила при выработке навыка цепного дыхания можно сформулировать так:

- Не делать вдох одновременно с сидящим рядом соседом;
- Не делать вдох на стыке музыкальных фраз, а лишь по возможности внутри длинных нот;
- Дыхание брать незаметно и быстро;
- Вливаться в общее звучание хора без толчка, с мягкой атакой звука, интонационно точно;
- Чутко прислушиваться к пению своих соседей и общему звучанию группы.

Только при соблюдении этих правил каждым певцом коллектива можно добиться ожидаемого эффекта: непрерывности и протяжности общего звучания группы.

Упражнения на дыхание

Часто правильному пению мешают мышечные зажимы, излишнее напряжение отдельных групп мышц, их дискоординация. Предлагаемые упражнения помогут правильно организовать работу мышц. Прежде всего, следует позаботиться о правильной осанке: спина прямая, плечи расправлены и опущены вниз, голова находится в среднем положении. Не задирайте голову вверх - это излишне напрягает гортань и голосовые связки. Работайте ритмично движениями диафрагмы при вдохе и выдохе. Таким же образом должна работать диафрагма и брюшные мышцы в положениях стоя и сидя. Проверка покажет вам достоинства и недостатки вашего физиологического дыхания.

- Естественной всего функционирует наше дыхание во время смеха. Ощутим, как и где напрягаются мышцы брюшного пресса, нижней части спины (поясница), живот подается вперед.

- Теперь положим руку на живот для контроля дыхания и сделаем медленный вдох, считая про себя до четырех. Не задерживая дыхания, медленно выдохнем, снова считая до четырех. Почувствуем, как живот надувается при вдохе и сдувается при выдохе. Если движения живота плохо ощутимы, попробуем выполнить это упражнение, наклонив корпус вперед и положив руки на область поясницы. На вдохе должно ощущаться расширение этой области спины. При каждом последующем вдохе-выдохе увеличиваем счет на единицу (пять, шесть, семь и т.д.).

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 дождайся 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.

Упражнение 5

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 6

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.

Упражнение 7

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".

Упражнение 8

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 9

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.

Упражнение 10

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".

Упражнение 11. 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 12. 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 13. 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.

Упражнение 14

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 15.

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 16 ("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 17.

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:

ткуткоткаткэткки

пткупткоптккапткэпткки

пчупчочпачпэпчи.

Упражнение «Собачка». Активный выдох. Разогреем мышцы, чередуя быстрые вдохи-выдохи открытым ртом. Приглядитесь, как вздымаются бока у собаки, дышащей высунув язык, и вы поймете, почему данное упражнение носит название "собачка". Это упражнение полезно выполнять у зеркала. Сядьте на стул, облокотитесь на его спинку и расслабьте плечи и шею. Выполняя упражнение, следите, чтобы плечи не поднимались.

Одним из существенных недостатков дыхания является неравномерность выдоха. Голос звучит толчками, дрожит и качается. Тренируя ровный выдох, мы закладываем основы ровного звучания голоса. Предварительно выдохнув, сделаем резкий вдох носом, пошлав воздух в область живота. Со звуком ТЦ-Ц-Ц... медленно выдыхаем воздух сквозь сомкнутые зубы. Чтобы воздушный столб был равномерным и не качался, необходимо после вдоха оставить мышцы живота /пресс/ напряженными, а сам живот круглым, как мячик. Старайтесь поддерживать напряжение, пока выйдет весь воздух. Постепенно необходимо продлевать выполнение этого упражнения от 20-30 секунд до одной минуты. Во время пения используются специфические мышцы, не работающие в повседневной жизни. Поэтому качать пресс или прибегать к другому роду упражнениям для их тренировки не следует! Помогут занятия йогой, лечебная дыхательная

гимнастика и плавание. Диафрагменное дыхание должно быть доведено до автоматизма: дышите "животом" в метро, на учебе и прогулке. Характерные ошибки: постоянное задираание или подергивание плеч во время вдоха - свидетельство ключичного дыхания, нарочитое выпячивание живота и неестественное его втягивание или другое неудобство в дыхании означает, что упражнение выполняется неправильно. Диафрагменный тип дыхания является максимально естественным и полезным для всего организма. Этот тип дыхания обычен для профессиональных певцов, спортсменов, лекторов и ораторов. Он является составной частью лечебной гимнастики, йоги, восточных единоборств. Так дышат животные, так и вы дышали в раннем детстве, пока издержки цивилизации в виде различных физиологических комплексов не привели к закреплению неправильного навыка. Не забывайте на первых порах во время пения постоянно класть руку на живот для контроля дыхания. В дальнейшем полезно использовать плотно облегающий широкий резиновый пояс. Он помогает контролировать дыхание и немного утяжеляет нагрузку на мышцы, выполняя функцию тренажера.

ТРЕНИРОВКА ДЫХАНИЯ 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 1.

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 2.

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

Упражнение 3. 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 4.

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

Упражнение 5.

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 вперед 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.

Упражнение 6.

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 сделайте 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 7.

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

Упражнение 8.

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

Упражнение 9.

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

ПРИЛОЖЕНИЕ №6

ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА А.Н. СТРЕЛЬНИКОВОЙ

Дыхательные упражнения, используемые в программе, были разработаны педагогом-вокалистом Александрой Николаевной Стрельниковой.

Упражнения этой лечебной дыхательной гимнастики не только восстанавливают дыхание и голос, но и вообще чрезвычайно благотворно воздействует на организм в целом:

- Восстанавливают нарушенное носовое дыхание;
- Улучшают дренажную функцию бронхов;
- Положительно влияют на обменные процессы, играющие важную роль в кровоснабжении, в том числе и лёгочной ткани;
- Повышают общую сопротивляемость организма, его тонус;
- Улучшают нервно - психическое состояние организма.

Правила выполнения дыхательной гимнастики

1. Думайте только о *вдохе* носом. Тренируйте только *вдох*. Вдох - шумный, резкий и короткий (как хлопок в ладоши).

2. Выдох должен осуществляться после каждого вдоха самостоятельно (желательно через рот). Не задерживайте и не выталкивайте выдох. *Вдох - предельно активный* (только через нос), *выдох - абсолютно пассивный* (через рот не видно и не слышно). Шумного выдоха не должно быть!

3. Вдох делается одновременно с движениями. В стрельниковской гимнастике *нет вдоха без движения, а движения - без вдоха*.

4. Все вдохи-движения стрельниковской гимнастики делаются в темпоритме строевого шага.

5. Счет в стрельниковской гимнастике - *только на 8*, считать мысленно, не вслух.

6. Упражнения можно делать стоя, сидя и лежа.

Упражнения выполняются количество раз, кратное 8, лучше всего “стрельниковская сотня” - 96 раз, но поскольку эта гимнастика - один из видов работы на занятии, то количество движений регламентируется отведённым на этот вид деятельности временем. Исходное положение: стоя прямо. Руки согнуты в локтях и подняты на уровень плеч кистями друг к другу. В момент короткого шумного вдоха носом следует бросить руки навстречу друг другу, как бы обняв себя за плечи. Важно, чтобы руки двигались параллельно друг другу, а не крест-накрест. Руки должны двигаться параллельно, их положение в течение всего упражнения менять нельзя.

Вводная часть

Начинать занятия надо с изучения первых трех упражнений комплекса.

В первый урок следует сделать упражнение "*Ладошки*" - 24 раза по 4 вдоха-движения; упражнение "*Погончики*" - 12 раз по 8 вдохов-движений; упражнение "*Насос*" по 8

вдохов-движений. На эти упражнения, как правило, затрачивается от 10 до 20 минут. Этот урок вы должны повторить 2 раза в день (утром и вечером). Повторяя урок вечером, сделайте самое первое упражнение - *"Ладощки"* уже не с 4, а с 8 вдохами-движениями подряд без остановки. И так 12 раз по 8 вдохов-движений, отдыхая после каждой "восьмерки" 3-5 секунд.

У вас должно получиться следующее:

"Ладощки" - 96 (12 раз по 8 вдохов-движений)

"Погончики" - (12 раз по 8 вдохов-движений)

"Насос" - (12 раз по 8 вдохов-движений).

Каждый последующий день осваивайте по одному новому упражнению. Повторять занятия нужно дважды в день: утром и вечером.

Упражнение «Насос». Исходное положение: стоя прямо, руки опущены.

Наклониться вниз, к полу: спина круглая (а не прямая), голова опущена (смотрит вниз, в пол, шею не тянуть и не напрягать, руки опущены вниз). Короткий шумный вдох в конечной точке поклона («понюхать пол»). Слегка приподняться, но не выпрямляться полностью – в этот момент абсолютно пассивно уходит через нос или рот.

Снова наклониться и одновременно с поклоном сделать короткий шумный вдох. Затем, выдыхая, слегка выпрямиться, выпуская воздух через рот или нос. «Шину накачивать» легко и просто в ритме строевого шага.

Упражнение «Большой маятник» («Насос» + «Обними плечи»). Исходное положение: стоя прямо. Слегка наклониться к полу (руки тянутся к коленям, но не опускаются ниже них) - вдох. И сразу же без остановки слегка откинуться назад (чуть прогнувшись в пояснице), обняв себя за плечи, - тоже вдох. Выдох пассивно уходит между вдохами - движениями. И так, поклон полу, руки к коленям – вдох, затем лёгкий прогиб в пояснице – встречное движение рук со слегка откинутой головой (тоже вдох).

Тик- так, вдох с пола - вдох с потолка. Сильно в пояснице не прогибаться и не напрягаться: всё делается легко и просто, без лишних усилий.

Упражнение 7

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".

Упражнение 8

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 9

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.

Упражнение 10

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".

Упражнение 11. 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 спеша присоединять последующие согласные, чтобы не было "пы - ты - кы", делай это упражнение аккуратно.

Упражнение 12. 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 13. 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.

Упражнение 14

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 15.

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 16 ("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 17.

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 спеша, 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:

ткуткоткаткэтки

пткупткопткauptкэпти

пчупчопчапчэпти.

Упражнение «Собачка». Активный выдох. Разогреем мышцы, чередуя быстрые вдохи-выдохи открытым ртом. Приглядитесь, как вздымаются бока у собаки, дышащей

высунув язык, и вы поймете, почему данное упражнение носит название "собачка". Это упражнение полезно выполнять у зеркала. Сядьте на стул, облокотитесь на его спинку и расслабьте плечи и шею. Выполняя упражнение, следите, чтобы плечи не поднимались. Одним из существенных недостатков дыхания является неравномерность выдоха. Голос звучит толчками, дрожит и качается. Тренируя ровный выдох, мы закладываем основы ровного звучания голоса. Предварительно выдохнув, сделаем резкий вдох носом, пошлав воздух в область живота. Со звуком ТЦ-Ц-Ц... медленно выдыхаем воздух сквозь сомкнутые зубы. Чтобы воздушный столб был равномерным и не качался, необходимо после вдоха оставить мышцы живота /пресс/ напряженными, а сам живот круглым, как мячик. Старайтесь поддерживать напряжение, пока выйдет весь воздух. Постепенно необходимо продлевать выполнение этого упражнения от 20-30 секунд до одной минуты. Во время пения используются специфические мышцы, не работающие в повседневной жизни. Поэтому качать пресс или прибегать к другому роду упражнениям для их тренировки не следует! Помогут занятия йогой, лечебная дыхательная гимнастика и плавание. Диафрагменное дыхание должно быть доведено до автоматизма: дышите "животом" в метро, на учебе и прогулке. Характерные ошибки: постоянное задиранье или подергивание плеч во время вдоха - свидетельство ключичного дыхания, нарочитое выпячивание живота и неестественное его втягивание или другое неудобство в дыхании означает, что упражнение выполняется неправильно. Диафрагменный тип дыхания является максимально естественным и полезным для всего организма. Этот тип дыхания обычен для профессиональных певцов, спортсменов, лекторов и ораторов. Он является составной частью лечебной гимнастики, йоги, восточных единоборств. Так дышат животные, так и вы дышали в раннем детстве, пока издержки цивилизации в виде различных физиологических комплексов не привели к закреплению неправильного навыка. Не забывайте на первых порах во время пения постоянно класть руку на живот для контроля дыхания. В дальнейшем полезно использовать плотно облегающий широкий резиновый пояс. Он помогает контролировать дыхание и немного утяжеляет нагрузку на мышцы, выполняя функцию тренажера.

ТРЕНИРОВКА ДЫХАНИЯ 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 1.

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 2.

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

Упражнение 3. 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 4.

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

стороны.

Упражнение 5.

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.

Упражнение 6.

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 сделайте 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 7.

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

Упражнение 8.

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

Упражнение 9.

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

Список использованной литературы:

1. Урок.РФ. А.А. Лаврушина Методические рекомендации «Техника эстрадного вокала» [электронный ресурс] https://xn--j1ahfl.xn--p1ai/library/tehnika_estrarnogo_vokala_181021.html
2. Artvokal.ru А.Н. Стрельникова Дыхательная гимнастика для вокалистов [электронный ресурс] <https://artvocal.ru/dyhatelnaya-gimnastika.php>
3. Docplayer. Е.Ю.Белоброва Техника эстрадного вокала. [электронный ресурс] <https://docplayer.ru/63372384-Ekaterina-yurevna-belobrova-tehnika-estrarnogo-vokala.html>
4. Инфоурок. Е.Ю. Шумская Методический материал педагога по вокалу [электронный ресурс] <https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-po-estrarnomu-vokalu-2529859.html>

5. Программа по Эстрадному вокалу ДМХШ №4 г. Самары 2016 г.

Список рекомендуемой методической литературы:

1. Апраксина О. «Методика развития детского голоса» М.,1983г.
2. Варламов А.Е. Полная школа пения: Учебное пособие. 3-е изд., испр. - СПб.: Издательство «Лань»; Издательство «Планета музыки», 2008 – 120с.: нот.
3. Гонтаренко Н. Сольное пение: секреты вокального мастерства. Издательство: Феникс, 2006г.
4. Дмитриев Л.Б. Голосовой аппарат певца. – М., 1994г.
5. Емельянов В. В. Развитие голоса. Координация и тренинг. 6-е изд., стер. — СПб.: Издательство «Лань»; «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ», 2010. — 192 с: ил.,1997.
6. Иванников В. Ф. «Методика поточного пения», Москва 2005г.
7. Исаева И.О. Эстрадное пение. Экспресс-курс развития вокальных способностей. Москва, АСТ. Астель 2006г.
8. Карягина А. «Джазовый вокал: Практическое пособие для начинающих» СПб.: Издательство «Лань»; «Издательство ПЛАНЕТА МУЗЫКИ» 2008 – 48 с.: нот. (+CD) – (Мир культуры, истории и философии)
9. Коробка В. И. « Вокал в популярной музыке», Москва 1989г.
10. Кацер О.В. Игровая методика обучения детей пению: Учеб.пособие. – 2-е изд.,доп. - СПб.: Издательство «Музыкальная палитра», 2008. – 56с.
11. Линда Маркуорт «Самоучитель по пению», Москва 2007г.
12. Лучшие методики дыхания по Стрельниковой, Бутейко, Цигун /Сост. Н.Н. Иванова. – Ростов на/Д: «Феникс», 2004.
13. Огороднов Д.В. «Методика комплексного музыкально-певческого воспитания». — М.: Главное управление учебных заведений, 1994.

14. Пекерская Е.М. — Вокальный букварь Изд. «Музыка» 2001.
15. Ригз С. Пойте как звезды (+2 CD) / Сост. и ред. Дж. Д. Каррателло. — СПб.: Питер, 2007. — 120с. 22
16. Риггз С. «Школа пения в речевой позиции». — М., 2004.
17. Сафронова О.Л. Распевки: Хрестоматия для вокалистов. — СПб: «Издательство Лань»; «Издательство Планета музыки», 2009. — 72 с.
18. Сёмина, Л.Р. Эстрадно-джазовый вокал: учебно-методическое пособие/ Л.Р. Сёмина; Владим.гос. ун-т им. А.Г. и Н.Г. Столетовых. — Владимир: Изд-во ВлГУ, 2015. — 92 с.
19. Стулова Г.П. «Развитие детского голоса в процессе обучения пению». — М., 1992.
20. Шацкая В.Н. (ред.) «Детский голос» (Экспериментальные исследования). Издательство «Педагогика», Москва, 1998 г.
21. Щетинин М. «Дыхательная гимнастика Стрельниковых» Москва. ФИС, 2000
22. Ховард Э. и О. Техника пения. Вокал для всех. - М.: Хобби центр медиа, 2007.

Интернет ресурсы:

Волшебный мир музыки http://www.dobrieskazki.ru/music_content.htm

Детям о музыке <http://www.muz-urok.ru/>

Уроки вокала для начинающих: бесплатные видео для занятий дома
<https://vse-kursy.com/read/261-uroki-vokala-dlya-nachinayuschih-besplatnye-video-dlya-zanyatii-doma.html>

Видео-уроки по вокалу <https://artvocal.ru/urokivocalavideo.php>

Уроки вокала для детей

<http://portall.zp.ua/?c=video&q=%D0%A3%D1%80%D0%BE%D0%BA%D0%B8%20%D0%B2%D0%BE%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B0%20%D0%B4%D0%BB%D1%8F%20%D0%B4%D0%B5%D1%82%D0%B5%D0%B9>

О вокале <https://ovocale.ru/priemi-vokala-kak-nauchitsya-pet/>

Литература для учащихся и их родителей:

1. Буренина А. И. Театр всевозможного: От игры до спектакля. Выпуск 1 (Учебно-методическое пособие с аудиоприложением). – М., Музыкальная палитра, 2002.
 2. Ермакова И.И. Коррекция речи и голоса у детей и подростков. – М., Просвещение, 2000.
 3. Кацер О.В. Игровая методика обучения детей пению: Учебнометодическое пособие. – М., Музыкальная палитра, 2005.
 4. Марголис М. Крепкий Турок. Цена успеха Хора Турецкого. – М.: ВКТ: Астрель, 2012.
 5. Озерова О.Е. Развитие творческого мышления и воображения у детей. Игры и упражнения. - Ростов-на-Дону, Феникс, 2005.
 6. Орлова Т.М., Бекина С.И. Учите детей петь. Песни и упражнения для развития голоса у детей 6-7 лет. - М., Просвещение, 1988.
 7. Орлова О.С. Нарушения голоса у детей. – М.: АСТ: Астрель, 2005.
 8. Полятков С.С. Основы современного танца. – Ростов-на-Дону, Феникс, 2006.
 9. Суханцева В.К. Музыка как мир человека. - К.:Факт, 2000.
 10. Тютюнникова Т.Э. Бим! Бам! Бом!: Сто секретов музыки для детей: Вып. 1: Игры звуками. - СПб: ЛОИРО, 2003.
 11. Финкельштейн Э.И. Музыка от А до Я. – М., 1991.
 12. Чередниченко Т.В. Поп-музыка. - М., Изд. ИФ РАН, 1999.
- Энциклопедия юного музыканта. Санкт-Петербург, Золотой век, 1996г. 14. Юдина Е.И. Азбука музыкально- творческого саморазвития

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 479392069178180993905932985988858338549683813664

Владелец Дмитриев Максим Вячеславович

Действителен с 30.03.2023 по 29.03.2024