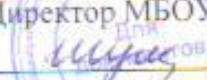


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 19 с углубленным изучением отдельных предметов»

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол №1 от 29.08.2023

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СШ №19 с УИОП
 О.В.Шумагина
Приказ №168/п от 29 августа 2023 года



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Карусель»

5-11 классы
Срок реализации: 3 года

Учитель: Пузеркина Н.П.

г. Заволжье
2023-2024

1.1. Пояснительная записка.

Направленность образовательной программы (общеразвивающей): кружок «Карусель», художественная направленность.

Актуальность программы: Музыка играет важную роль в жизни людей, а для детей первой возможностью выразить себя в мире становятся песни. Песня – не только форма художественного отображения жизни, но и форма общения людей. Пение занимает важное место в жизни человека и принадлежит к основным видам исполнительства. Занятия пением приносят ребенку не только наслаждение красотой музыкальных звуков, которое благотворно влияет на детскую психику и способствует нравственно – эстетическому развитию личности, но и дают специфические знания и умения в этой области искусства.

Важной формой самовыражения детей является коллективное пение, т.е. личные качества формируются именно там.

Музыкальное образование детей, в силу своей многогранности не может ограничиваться только уроками музыки в школе. Большое значение в его совершенствовании имеют занятия в учреждениях дополнительного образования. В процессе занятий в кружке «Карусель» у обучающихся повышается интерес к разножанровой вокальной музыке, развивается вокальный слух, они учатся исполнять сами вокальные произведения и тем самым расширяет свой кругозор, формируют знания во многих областях музыкального искусства.

Отличительными особенностями данной образовательной программы являются:

Большое внимание в процессе занятий уделяется обучению сольному пению и постановке певческого голоса. Так как пришедшие на занятия в вокальный кружок не только не имеют представление о певческой осанке, дыхании, интонировании и других музыкальных способностей необходимых вокалисту, но и в большинстве не способны удержать мелодию, подают звук в нос, не слышат ни себя, ни товарища при пении.

В процессе направленного обучающего процесса и индивидуального подхода, кружковцы становятся настоящими «звёздами» на сцене и поют не только сольные песни, но и ансамбли, дуэты, квартеты и т.д.

Новизна программы заключается в применении инновационных средств музыкального воспитания, здоровьесберегающих технологий в сочетании с традиционными музыкально-педагогическими средствами. Программой предусмотрено регулярное участие детей в различных музыкальных интернет-конкурсах и фестивалях.

Адресат программы: учащиеся 10-17 лет.

Объем программы, срок освоения:

Программа рассчитана на 3 года обучения.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 45 минут (1 академический час), итого 37 часов в год.

Форма обучения: очная.

Принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Количество обучающихся в группе: 15 человек.

Формы реализации образовательной программы: традиционная.

Организационные формы обучения:

В ходе реализации программы сочетается групповая (работа в вокальной группе) и индивидуальная работа (сольное пение). Возрастные особенности детей позволяют включать в работу кружка два взаимосвязанных направления: собственно вокальную работу (постановку певческого голоса) и организацию певческой деятельности в различных видах коллективного исполнительства:

- песни хором в унисон
- хоровыми группами (дуэт, трио и т.д)
- тембровыми подгруппами
- при включении в хор солистов
- пение под фонограмму.
- пение по нотам

- музыкальные занятия;
- занятия – концерт;
- репетиции;
- творческие отчеты.

1.2. Цель программы: Создание условий для развития творческих способностей и нравственного становления детей посредством вовлечения их в певческую деятельность.

Программа предполагает решение образовательных, воспитательных и развивающих **задач** с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей:

- обучить основам музыкальной культуры, совершенствовать вокальное мастерство;
- сформировать основы сценической культуры;
- развивать навыки сольного и ансамблевого исполнения;
- развивать творческую активность детей;
- воспитывать эстетический вкус и исполнительскую культуру.

1.3.Содержание программы

1. Вводное занятие. Охрана голоса

Знакомство с основными разделами и темами программы, режимом работы коллектива, правилами поведения в кабинете, правилами личной гигиены вокалиста. Подбор репертуара. Беседа о том, что полезно, а что вредно для голоса.

2. Знакомство с основными вокально-хоровыми навыками пения

Беседа о правильной постановке голоса во время пения. Правила пения, распевания, знакомство с упражнениями. Владение основными навыками.

3. Певческая установка. Беседа о положении, которое певец должен принять перед началом звукоизвлечения. Формирование вокального звука. Посадка певца, положение корпуса, головы. Навыки пения сидя и стоя. Дыхание перед началом пения. Одновременный вдох и начало пения. Различный характер дыхания перед началом пения в зависимости от характера исполняемого произведения: медленное, быстрое. Смена дыхания в процессе пения; различные его приемы (короткое и активное в быстрых произведениях, более спокойное, но также активное в медленных). Цезуры, знакомство с навыками «цепного» дыхания (пение выдержанного звука в конце произведения; исполнение продолжительных музыкальных фраз на «цепном дыхании»).

4. Звукообразование. Музыкальные штрихи.

Пение специальных упражнений для развития слуха и голоса. Понятие «Позиция», «Атака», «Распевание». Знакомство и основными муз. штрихами. Естественный, свободный звук без крика и напряжения (форсировки). Преимущественно мягкая атака звука. Округление гласных, способы их формирования в различных регистрах (головное звучание). Пение нонлегато и легато. Добиваться ровного звучания во всем диапазоне детского голоса, умения использовать головной и грудной регистры.

5. Формирование правильных навыков дыхания. Типы дыхания. Вокальные упражнения.

6. Дикция и артикуляция. Артикуляционный аппарат. Понятия дикция и артикуляция. Знакомство с системой В.В. Емельяновой. Развивать согласованность артикуляционных органов, которые определяют качество произнесения звуков речи, разборчивость слов или дикции (умение открывать рот, правильное положение губ, освобождение от зажатости и напряжения нижней челюсти, свободное положение языка во рту). Особенности произношения при пении: напевность гласных, умение их округлять, стремление к чистоте звучания неударных гласных. Быстрое и четкое выговаривание согласных.

7. Унисон. Ансамбль. Воспитание навыков пения в ансамбле, работа над интонацией, единообразие манеры звука, ритмическое, темповое, динамическое единство звука. Одновременное начало и окончание песни. Понятие а капелла.

Выработка активного унисона (чистое и выразительное интонирование диатонических ступеней лада), ритмической устойчивости в умеренных темпах при соотношении простейших длительностей (четверть, восьмая, половинная). Постепенное расширение задач: интонирование произведений в различных видах мажора и минора.

8. Элементы двухголосья. Двухголосие. Интервал. Правила простого двухголосия. Закономерности гармонии в простом двухголосии. Устойчивое интонирование одноголосого пения при сложном аккомпанементе. Навыки пения двухголосия с аккомпанементом. Пение несложных двухголосных песен без сопровождения.

9. Музыкально-исполнительская работа. Формы и методы музыкально-исполнительской работы коллектива. Обучение ребенка пользованию фонограммой осуществляется сначала с помощью аккомпанирующего инструмента в классе, в соответствующем темпе. Пение под фонограмму – заключительный этап сложной и многогранной предварительной работы. Задача педагога – подбирать репертуар для детей в согласно их певческим и возрастным возможностям. Также необходимо учить детей пользоваться звукоусилительной аппаратурой, правильно вести себя на сцене

10. Ритм. Знакомство с простыми ритмами и размерами. Ритмическая устойчивость в более быстрых и медленных темпах с более сложным ритмическим рисунком (шестнадцатые, пунктирный ритм).

11. Сценическое движение. Воспитание самовыражения через движение и слово. С помощью пантомимических упражнений развиваются артистические способности детей, в процессе занятий по вокалу вводится комплекс движений по ритмике. Таким образом, развитие вокальных навыков сочетает вокально-техническую деятельность с работой по музыкальной выразительности и созданию сценического образа.

12. Работа над репертуаром. Соединение муз. материала с танцевальными движениями. Постепенно происходит становление грамотного вокалиста - исполнителя, который уже сам подбирает себе репертуар, сам ставит цели и задачи при работе над песней, сам исправляет свои ошибки. Все это происходит совместно с руководителем, который отслеживая и умело направляя воспитанника, старается не

вмешиваться в становление воспитанника грамотным вокалистом-исполнителем. Педагог старается не только научить детей пению, но и заинтересовать в нем, подтолкнуть к дальнейшему самосовершенствованию.

13. Итоговые занятия, творческие отчеты. Обсуждение своих впечатлений, подготовка альбомов, стендов с фотографиями, афишами. Формирование вокального слуха учащихся, их способности слышать достоинства и недостатки звучания голоса; анализировать качество пения, как профессиональных исполнителей, так и своей группы (а также индивидуальное собственное исполнение). Обсуждение, анализ в ходе прослушивания аудио- и видеозаписей. Обсуждение своих впечатлений, подготовка альбомов, стендов с фотографиями, афишами. Сбор материалов для архива кружка.

1.4. Планируемые результаты: 1.

Личностные результаты:

- наличие эмоционально-ценностного отношения к искусству;
- реализация творческого потенциала в процессе коллективного (индивидуального) музицирования;
- позитивная самооценка своих музыкально-творческих возможностей. - коммуникативное развитие.

2. Предметные результаты:

- устойчивый интерес к музыке и различным видам (или какому-либо одному виду) музыкально-творческой деятельности;
- общее понятие о значении музыки в жизни человека, знание основных закономерностей музыкального искусства, общее представление о музыкальной картине мира;
- элементарные умения и навыки в различных видах учебно творческой деятельности. 3.

Метапредметные результаты:

- развитое художественное восприятие, умение оценивать произведения разных видов искусств;
- ориентация в культурном многообразии окружающей действительности, участие в музыкальной жизни класса, школы, города и др.;
- продуктивное сотрудничество (общение, взаимодействие) со сверстниками при решении различных музыкально-творческих задач;
- наблюдение за разнообразными явлениями жизни и искусства в учебной внеурочной деятельности.

2.1. Календарно-тематическое планирование.

Учебно-тематический план (1-й год обучения)

№ п/п	Тема занятий	Общее кол-во часов	Из них	
			теория	практика
1	2	3	4	5
1	Вводное занятие	1	1	
	ВОКАЛЬНО-ХОРОВАЯ РАБОТА			
2	Прослушивание голосов	2		2

3	Певческая установка. Дыхание	2	1	1
4	Распевание	3	1	2
6	Унисон	3	1	2
7	Вокальная позиция	2	1	1
8	Звуковедение	2	1	2
9	Дикция	2	1	1
10	Двухголосие	3	1	2
	МУЗЫКАЛЬНО- ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА			
13	Основы музыкальной грамоты	1	1	
14	Развитие музыкального слуха, музыкальной памяти	2	1	1
15	Развитие чувства ритма	2	1	1
	ТЕОРЕТИКО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ РАБОТА			
16	Беседа о гигиене певческого голоса	1	1	
17	Народное творчество	1	1	

1	2	3	4	5
18	Беседа о творчестве композиторов-классиков	1	1	
19	Беседа о творчестве современных композиторов	1	1	
20	Просмотр видеозаписи выступления детей на Евровидении	1	1	
	КОНЦЕРТНО- ИСПОЛНИТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ			
22	Праздники, выступления	7		7
	Итого	37	16	21

**Учебно-тематический план
(2-й год обучения)**

Цель: сформировать у обучающихся основы вокально-хоровых умений и навыков через усложнение репертуара, ритма и метра, использование голосовых импровизаций, пунктирного ритма, двухголосья

№ п/п	Тема занятий	Общее кол-во часов	Из них	
			теория	практика
1	2	3	4	5
1	Вводное занятие	1	1	
	ВОКАЛЬНО-ХОРОВАЯ РАБОТА			
2	Прослушивание голосов	1		1
3	Певческая установка. Дыхание	3	1	2
4	Распевание	3	1	2
5	Дирижерские жесты	1		1
6	Унисон	3	1	2
7	Вокальная позиция	2	1	1
8	Звуковедение	3	1	2
9	Дикция	2	1	1
10	Двухголосие	3	1	2
11	Работа с солистами	2		2
12	Сводные репетиции	2		2
	МУЗЫКАЛЬНО- ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА			
13	Основы музыкальной грамоты	1	1	
14	Развитие музыкального слуха, музыкальной памяти	2	1	1
15	Развитие чувства ритма	2	1	1
	ТЕОРЕТИКО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ РАБОТА			
16	Беседа о гигиене певческого голоса	1	1	
1	2	3	4	5

	КОНЦЕРТНО- ИСПОЛНИТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ			
22	Праздники, выступления	5		5
	Итого	37		

**Учебно-тематический план
(3-й год обучения)**

№ п/п	Тема занятий	Общее кол-во часов	Из них	
			теория	практика
1	2	3	4	5
1	Вводное занятие	1	1	
	ВОКАЛЬНО-ХОРОВАЯ РАБОТА			
2	Прослушивание голосов	1		1
3	Певческая установка. Дыхание	3	1	2
4	Распевание	3	1	2
5	Дирижерские жесты	1		1
6	Унисон	3	1	2
7	Вокальная позиция	2	1	1
8	Звуковедение	3	1	2
9	Дикция	2	1	2
10	Двухголосие	3	1	2
11	Работа с солистами	2		2
12	Сводные репетиции	2		2
	МУЗЫКАЛЬНО- ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА			
13	Основы музыкальной грамоты	1	1	
14	Развитие музыкального слуха, музыкальной памяти	2	1	1
15	Развитие чувства ритма	2	1	1
	ТЕОРЕТИКО-АНАЛИТИЧЕСКАЯ РАБОТА			

16	Беседа о гигиене певческого голоса	1	1	
1	2	3	4	5
	КОНЦЕРТНО- ИСПОЛНИТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ			
22	Праздники, выступления	5		5
	Итого	37		

2.2. Условия реализации программы:

1. Материально - технические:

- просторное, хорошо освещенное помещение для занятий;
- отдельное место для каждого ребенка;
- музыкальный инструмент (фортепиано);
- учебные пособия и репертуарные сборники;
- аудио- и видеоаппаратура для записей, просмотра и анализа выступлений;
- наглядные пособия: лесенки, нотный стан;
- стенд для отражения событий, происходящих в коллективе.
- компьютер;
- акустические колонки;
- мультимедийный проектор;
- экран для мультимедийного проектор

2. Дидактический материал:

В работе с хором необходимы: хоровая хрестоматия, фонохрестоматия, музыкальная энциклопедия, вокально-хоровой словарь, нотные таблицы, схемы, портреты композиторов и т.п.

2.3.Оценочный материал.

Критерием оценки считается качество звука, свобода при пении, не количество, а качество выученного материала, умение практически использовать полученные умения и навыки, например – выступление вокального коллектива, сольных исполнителей с концертами на городских и районных мероприятиях.

Результатами подведения итогов реализации данной программы

являются: • выступления на общешкольных концертах и праздниках;

- участие в конкурсах;
- выступления на городских и районных праздниках.

Деятельность каждого ребенка отслеживается, проводится мониторинг результативности реализации дополнительной образовательной программы. *Мониторинг результативности реализации дополнительной образовательной программы*

«Карусель»

Аттестация

Уровни:	Высокий	Средний	Низкий	
№	Ф, И. обучающегося	Участие в конкурсах	Участие в школьных мероприятиях	Выступление на городских и районных мероприятиях

Содержанием аттестации является **итоговый** контроль – содержание всей дополнительной образовательной программы в целом.

Результат аттестации может фиксироваться на 3-х уровнях:

Низкий (минимальный) – воспитанник программу не освоил, т.е. не приобрел предусмотренную учебным планом сумму знаний, умений и навыков; не выполнил задач, поставленных перед ним педагогом.

Средний (базовый) – воспитанник стабильно занимается, выполняет учебную программу, свободно ориентируется в изученном материале.

Высокий (творческий) - воспитанник выполняет программу, дополнительно самостоятельно занимается, проявляет ярко выраженные способности к изучаемой дисциплине, стабильно участвует в конкурсах и занимает призовые места

2.4.Методические материалы:

Учебно-методическое обеспечение программы

- 1.Журнал (инструкции по технике безопасности)
- 2.Инструкция: правила противопожарной безопасности и санитарные нормы.

Материально-техническое обеспечение

1. Кабинет.
2. Рабочий стол, стулья, доска,
3. Шкаф и полки для книг и инструмента.
4. Компьютер, ноутбук
5. Фонограммы.
6. Технические средства: микрофон, телевизор, DVD.
7. Аудиокассеты, СД, другие музыкальные инструменты, видеозаписи, фотоматериалы, тематическая литература.
8. Словари, справочники иллюстрированные.
9. Использование интернет источника..
10. Проектор, ноутбук, кассеты и диски с записями музыки.

Программно-методическое обеспечение.

1. Необходимые учебные пособия по данной программе.
2. Методическая литература.
3. Таблицы, схемы с теоретическим материалом, иллюстрации, репродукции картин, портреты музыкантов.

Работа с родителями:

- Консультации для родителей;
- концерты, конкурсы;
- Участие в родительских собраниях и подготовке к конкурсам;
- Оформление стенда.

Методы и приемы работы:

Методы формирования сознания учащегося:

- Показ;
- Объяснение;
- Инструктаж;
- Разъяснение;

Методы формирования деятельности и поведения учащегося:

- Самостоятельная работа;
- Иллюстрация;

Методы стимулирования познания и деятельности:

- Поощрение;
- Контроль;
- Самоконтроль;
- Оценка;
- Самооценка;
- Вручение подарка;
- Одобрение словом;

Методы поощрения:

- Благодарность;
- Благодарственное письмо родителям;
- Устное одобрение.

Список литературы:

1. Данилюк А.Я., Кондаков А.М., Тишков В. А. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России : учебное издание «Стандарты второго поколения» - М. : Просвещение, 2009. – 23 с.
2. Виктор Емельянов «Развитие голоса. Координация и тренинг». –М., 2010
3. Кабалевский Д.Б. Как рассказывать детям о музыке. – М., 2005.
4. Музыкальное образование в школе / под редакцией Л.В.Школяр. – М., 2001.
5. Школяр В.А. Обновление содержания музыкального образования с методологических позиций. – М., 1999.
6. Научно–методический журнал «Музыка в школе»
7. Федеральные Государственные Образовательные Стандарты. www.standart.edu.ru
8. Министерство Образования и Науки РФ. www.минобрнауки.рф
9. Российский общеобразовательный портал - <http://music.edu.ru/>
- 10.Единая коллекция - <http://collection.cross-edu.ru/catalog/rubr/f544b3b7-f1f4-5b76-f453-552f31d9b164>
- 11.Детские электронные книги и презентации - <http://viki.rdf.ru>
- 12.«Педагогика искусства» - электронное научное издание - <http://www.art-education.ru>
- 13.Сайт для учителей музыки. <http://meta-music.ru/singing>
- 14.Открытый класс. Сетевые образовательные сообщества. <http://www.openclass.ru/>
- 15.Социальная сеть работников образования. <http://nsportal.ru/>

Методические материалы

1. Упражнения на уроке вокала. Их разновидности.

Урок вокала должен начинаться с упражнений, потому что в формировании звука задействованы многие группы мышц. Распевка у певца – это та же разминка у спортсмена. Как и спортсмену, певцу необходимо разогреть мышцы, тем самым подготовив их к дальнейшим профессиональным нагрузкам.

Первые упражнения-распевки на уроке вокала носят разогревающий разминочный характер. В этих упражнениях певец должен разминаться на «серединке» своего диапазона, чтобы не травмировать свой голосовой аппарат. Мы делаем упражнения на укрепление опоры, на удлинение вокального дыхания. Следим за правильным формированием звука, разминаем язык, губы, челюсть, гортань, резонаторы.

Вторая часть вокальных распевок (на уже разогретом голосовом аппарате) направлена на расширение диапазона и развитие хорошей дикции. Упражнения носят «растягивающий характер». Важен максимально плавный переход от звука к звуку, не меняя качества звучания и одновременная рельефность и преувеличенная внятность дикции.

Третья часть упражнений на уроке вокала направлена на освоение различных технических приемов: скачки, отрывистое голосоведение, украшения. Дается на продвинутом уровне (на начальном уровне все упражнения делаются на канителенном (плавном) голосоведении).

Иногда педагогами используются *Распевки в движении*: соединение пения и движения. Очень важная часть урока вокала, направленная на освобождение голоса, голосового аппарата, на налаживание координации, которая помогает пению.

Также в некоторых методиках используются *Упражнения на развитие актерского мастерства*: выражение идеи с помощью звука, интонации, жеста, мимики, образа.

Распевка занимает большую часть урока вокала на начальном и среднем уровне обучения (20-30 минут). В дальнейшем, по мере укрепления голосового аппарата и освоения основных вокальных приемов, время на распевку сокращается до 15 минут. Остальное время урока вокала отдается работе над репертуаром.

2. Первая часть вокальных упражнений

Разминка

В разминку, помимо вокальных упражнений, входят не вокальные, такие как:

- Упражнения для развития мимики;
- Легкая гимнастика для мышц шеи;
- Упражнения для развития подвижности языка, губ;
- Упражнения для развития дыхания.

(подробности в приложении №1)

Вокальные упражнения этой части направлены на разогрев голосового аппарата, озвучивание резонаторов, работу над качеством фонационного выдоха, над верной атакой и фокусировкой звука.

Методика Емельянова наиболее подходящая для разогрева голосового аппарата

1. **Упражнение, направленное на естественную фонацию** (по методике Емельянова) Штрот-бас с последующим «вываливанием» звука с открытым ртом и расслабленным языком. На 2-3 звука в примарной зоне.
2. **Упражнение на озвучивание грудных резонаторов**
Резонирование губами на звук «тпру» на 2-3 звука в примарной зоне.
3. **Упражнение на поднятие небной занавески**
«тпры-ы-ы» с широко открытым ртом (можно подставить ко рту сжатый кулак для ощущения «большого» пространства во рту) выполняется на примарных тонах
4. **Упражнение на озвучивание головных резонаторов**
«Тпру» выполняется плотно прижатыми губами скольжением на квинту и обратно. Начинать упражнение следует от фа 1 октавы и продолжать по полутонам вверх до предела «свистковым» приемом.
Следующие упражнения встречаются в различных методиках и направлены на установку верного звукообразования.

5. **Настройка на звукообразование в фальцетном режиме:**

Упражнение должно выполняться с мягкой атакой звука или же добавить перед гласной звук **Й**.

Для поднятия небной занавески можно применить прием: «удивление».

Варианты гласных: о, а

Динамика: р, тр

6. **Упражнение, направленное на головное резонирование:**

Упражнение выполняется при плотном равномерном выдохе, а так же имеет значение точное попадание на звук без «подъезда» и аккуратная атака звука.

Для точного попадания на ноту можно предложить визуализацию: «капля, падающая сверху».

При слишком твердой атаке можно привести пример: «словно погладить котенка».

3. Вторая часть вокальных упражнений

В этой части упражнений необходимо уделять большое внимание формированию звука, певческому дыханию и атаке звука. Так же в этой части отрабатываются дикционные трудности, четкость и краткость произнесения согласных звуков.

1. **Упражнение на развитие головного резонирования и выравнивание гласных при смене высоты тона.**

При открытии рта на звук «йа» необходимо следить за поднятием небной занавески, так называемого «зевка», а так же за округлостью гласной **И**, избавляться от «уплощения» этой гласной

Следует продвигаться по полутонам вверх до появления характерного «прижатого звука» и так же спускаться вниз до зоны грудного резонирования.

2. **Упражнение, направленное на сглаживание регистров.**

Выполняя упражнения на сглаживание регистров, следует особое внимание уделить ровности звука, избегать скачков гортани и сохранять высокую позицию звука в головных резонаторах.

Звук **И** формируется округло с мягкой аккуратной атакой звука.

Практика показывает, что при движении вниз наиболее сложно сохранить высокую позицию звука и его объем, поэтому данные упражнения следует выполнять только сверху вниз.

3. **Упражнение на сглаживание регистров и выравнивание гласных.**

В данном упражнении следует обратить внимание не только на округлое формирование всех гласных и точную атаку, но и на снятие второго звука с помощью дыхательного толчка, избегая акцентирования слабой доли.

4. Упражнение на единообразный уклад ротовой полости при формировании гласных.

Следует четко формировать гласную губами, не меняя уклада внутри, не опуская небную занавеску. Так же немаловажную роль в этом упражнении играет плотный поток выдыхаемого воздуха и правильное распределение дыхания.

У----- О-----А-----Э-----И-----

Для начинающих вокалистов рекомендуется подставлять сонорную согласную М, с требованием произносить её быстро, не закрывая рта. Также обращать особое внимание на равномерный выдох без толчков.

5. Упражнения, формирующие звукообразование в грудном режиме.

При исполнении этих упражнений многие педагоги рекомендуют «погудеть», «опереть на грудь». Особое внимание следует обратить на постановку корпуса при пении, чтобы вокалист не опускал голову при пении.

6. Упражнения на развитие дыхания, дикции, артикуляции.

Данное упражнение следует выполнять, используя различные слоги: **ди...., зи...., ви....и т.п.**

Исполняется упражнение, уделяя особое внимание проблеме верного формирования гласных, четкой артикуляции и активному произношению слога на стаккато.

Еще один вариант этого упражнения: с расширенным диапазоном и исполнения на слоги гаммы до мажор. Усложненное упражнение выполняется для решения проблемы быстрой смены слога при предельно единообразном формировании гласных.

7. Упражнение на развитие дикции и артикуляции.

При выполнении упражнения следует добиваться четкого произношения данных слогов.

Упражнение секвенцируется по полутонам вверх и вниз в пределах квинты. Усложненный вариант упражнения.

4. Третья часть вокальных упражнений.

Следующий раздел посвящен упражнениям, развивающим вокальную технику – подвижность голоса. Для этого используются упражнения с использованием широких скачков, техники стаккато, арпеджирование и т.п.

1. Для младшего возраста наиболее часто используется упражнение, в основе которого лежит мажорная восходяще-нисходящая гамма, состоящая из её первых 5-ти ступеней. Поётся распевка с такими словами:

" Я-и-ду-до-мой, он и-дёт за-мной. А кто ско-рей?"

На последнюю фразу: «а кто скорее?» исполняется квинтовый интервал от V до I ступени.

2. Пение интервалов.

Это упражнение требует точного попадания на различные звуки, расположенные друг относительно друга на различных расстояниях (интервалах) в быстром темпе. Начинать это упражнение также следует с примарного тона, постепенно поднимая или опуская тональность по полутонам вверх или вниз. Петь его нужно на различных гласных: "а", "о", "и", "у", начиная с медленного и постепенно повышая темп.

В основе упражнения также лежит одно октавная мажорная гамма (с возвратом к нижнему основному звуку на восходящем движении или к верхнему - на нисходящем движении). Поётся упражнение в двух вариантах: на легато (слитно) и на стаккато (отрывисто).

3. Упражнения для выработки певческого vibrato.

Одна из сложных в освоении характеристика для певческих голосов, vibrato, вырабатывается при помощи следующего упражнения.

Суть его такова: исполняется восходящий отрезок мажорной гаммы из 5ти первых ступеней. Пятая ступень повторяется пять раз, после чего следует нисходящая гамма, возвращающая нас к начальному звуку.

Для выработки vibrato необходимой частоты упражнение нужно выполнять в строго определённом темпе.

1-е важное указание к исполнению данного упражнения. Желательно, чтобы эта пятая, повторяющаяся 5 раз, нота не звучала отрывисто. Вместо коротких пауз между звуками пятой ступени, у тебя должно быть понижение громкости. Таким образом, будут звучать не 5 коротких отдельных нот одной высоты, а одна длинная, с плавным волновым изменением громкости, где есть 5 пиков, соответствующих исходной громкости, и 4 впадины между ними. Главное добиться равномерности: чтобы расстояния между пиками были одинаковы по времени, а также, чтобы и пики между собой, и, соответственно, впадины между собой были одинаковой громкости.

При понижении громкости будет происходить и некоторое понижение высоты исполняемой ноты. Поначалу, возможно, это понижение будет не очень слышно. Впоследствии, когда упражнение будет хорошо отработано в отношении громкости, нужно продолжать добиваться, чтобы при волновом понижении громкости одновременно следовало бы и понижение звука на полтона.

2-е важное указание. Необходимо чтобы данное упражнение выполнялось на опоре дыхания. Брюшной пресс должен быть всё время упруго напряжён. Данное упражнение, на самом деле, достаточно выматывающее. Не следует выполнять его слишком долго. Оно требует недюжинной силы воли. На выработку правильного певческого vibrato уходит от нескольких месяцев до нескольких лет.

Упражнение на развитие диафрагмы и опоры дыхания. Упражнение заключается в исполнении восходяще-нисходящей мажорной гаммы, каждый звук которой повторяется 6 раз на стаккато. Кроме выработки навыков отрывистого пения, тренировки диафрагмы и постановки опоры дыхания данное упражнение также может быть использовано в качестве развития певческого vibrato, если его регулярно пропевать в определённом темпе.

Упражнение на развитие верхнего регистра и умения петь «через порог».

Начинается упражнение с исполнения ноты нижнего регистра, расположенной вблизи переходных нот на достаточно громком звуке. Дальше идёт плавное скольжение звука на октаву вверх. Где-то на этом скольжении срабатывает «переход», и вокалист начинает петь звуки верхним регистром голоса (фальцетом). Этот «переход» не должен смущать, главное - постараться спеть конечный звук так же громко и, по возможности так же насыщенно, как и первый звук. Затем исполняется первая нота, и звук опускается на ступень вниз (нисходящая мажорная гамма). Где-то в середине упражнения «перехода» в другой регистр уже нет. Здесь начинается тренировка умения «скользить» по нотам через октаву.

Упражнение, развивающее подвижность голоса.

Исполняется на любой слог, на стакато, секвенцируя по полутонам вверх и вниз.
Усложненный вариант этого упражнения.

Упражнение на выравнивание диапазона и выработки единообразного формирования гласных звуков.

Данное упражнение относится к «сложным» и требует длительной подготовки.

Упражнение исполняется с названием нот – «сольфеджио» и требует внимательного отношения к четкости произношения согласных, а также следить за единообразной манерой пения гласных.

До ре ми фа соль ля си до ре до си ля соль фа ми ре до

Усложнённый вариант упражнения для выработки длительного выдоха

До ре ми фа соль ля си до ре до си ля соль фа ми ре до ми соль до соль ми

до Упражнение для развития подвижности голоса.

Упражнение исполняется с названием нот или сочетанием слогов. В зависимости от поставленной задачи.

Например:

Зи ма зи ма зи ма зи ма зи ма зи ма зи ма зи ма

зи Заключение

Упражнения на уроках не только могут способствовать развитию вокальных навыков, устранению вокальных трудностей, но и развивать в учащихсья выносливость, силу воли, умение обдуманно пользоваться своим голосом.

Данное пособие содержит основные виды вокальных упражнений, может послужить помощью для педагогов-вокалистов в индивидуальном подборе упражнений для учащихсья с учетом их возможностей и трудностей.

В Приложении №1 содержатся не вокальные упражнения, способствующие устранению различных зажимов и развитию свободной артикуляции.

Упражнения составлены по принципу «от простого - к сложному», с четко прописанными рекомендациями к исполнению. У преподавателя остается возможность подобрать наиболее подходящее для данной проблемы упражнения, возможно, дополнить его или усложнить для более узкого или обширного воздействия.

Не вокальные упражнения.

Дыхательные упражнения.

1. Активно вдохнуть и выдохнуть через нос (6 раз).
2. Энергично вдохнуть через нос, выдохнуть через рот (6 раз). Своеобразный “массаж” связок.
3. Вдохнуть через рот, выдохнуть через нос (6 раз).
4. Вдохнуть через одну ноздрю, выдохнуть через другую, зажимая указательным пальцем то левой, то правой рукой противоположную ноздрю (6+6 раз).
5. Вдохнуть через нос, выдохнуть через плотно сжатые губы. С усилием проталкивать воздух на выдохе через губы. Это упражнение развивает мышцы губ и интенсивность выдоха (дыхания).
6. Надуть щеки, как шар. Резко “выхлопнуть” воздух через «губытрубочку». Это упражнение активизирует мышцы щек и мышцы губ, что очень пригодится для хорошей артикуляции.

7. Беззвучно сказать “ы”. Говорить этот звук надо не глубоко, а у корней верхних зубов (как при зевоте). Упражнение активизирует мышцы мягкого и твердого неба.
8. Наклон головы попеременно к левому и правому плечу с преодолением сопротивления рук. Руки ставятся ладонями к щекам с двух сторон головы и затрудняют движение. Дыхание произвольное.
9. Дышать через губную гармошку, как через фильтр. Втянуть, как насосом, воздух через гармошку до полного объема ваших легких, а потом (опять через гармошку) выдохнуть (выдуть) постепенно весь воздух. Не надо пугаться головокружения. Сначала упражнение делается 15 секунд, постепенно увеличивается (через день) длительность упражнения: 15, 30, 60 секунд и так далее.
10. “Мычание” на удобной тесситуре, после дутья в гармошку (по 30 сек.). Мычать близко, “на зубах”, чтобы ощущать вибрацию на губах. Губы слабо сомкнуты, а зубы не сжаты. Хорошо перед “мычанием” открыть нешироко рот, а потом сомкнуть только губы. Мычать на хорошем продыхе.
11. После “мычания” потянуть звук на хорошем продыхе, через свободное горло. Держать его близко к зубам и губам, на удобной для вас тесситуре. Звук не глубить:
 М _____ З _____ Н _____ В _____
12. Точно так же говорить слоги с ударением на втором. Второй слог потянуть.
 ма-м`а на-н`а ва-в`а ма-м`о на-н`о ва-в`о ма-м`у на-н`у ва-в`у ма-м`э на-н`э ва-в`э
 ма-м`ы на-н`ы ва-в`ы

Следите за свободой и удобством. Дыхание брать перед каждой парой.

13. Присесть и одновременно говорить на резком выдохе: “ох, ах”. Не торопиться, не частить. Спокойно брать вдох. Присесть с выдохом, вставать со вдохом.
14. Неплохо делать легкий массаж лица. Подушечками пальцев надавливать на корни верхних зубов и щеки по направлению к ушам. Массаж носа: от крыльев носа вверх до переносицы и в стороны по подбровьям. Хорошо, если после массажа появится желание зевнуть. Целитель из Омска Васильева И.А. считает, что горло здорово тогда, когда его ткани хорошо снабжаются кислородом крови, а подпитка обеспечивается мышечной активностью.

Упражнения для укрепления горла, снятия

напряжения. 1. “Лошадка”. Поцокать языком громко и быстро 10-30 сек.

2. “Ворона”. Произносите “Ка – аа – аа – ар”. Посмотрите при этом в зеркало. Постарайтесь как можно выше поднять мягкое нёбо и маленький язычок. Повторите 6-8 раз. Попробуйте делать это беззвучно.
3. “Колечко”. Напряженно скользя кончиком языка по нёбу, постарайтесь дотянуться до маленького язычка. Делайте это с закрытым ртом несколько раз.
4. “Лев”. Дотянитесь языком до подбородка. Повторите несколько раз.
5. “Зевота”. Зевоту легко вызвать искусственно. Вот и вызывайте несколько раз подряд в качестве гимнастики для горла. Зевайте с закрытым ртом, как бы скрывая зевоту от окружающих.
6. “Трубочка”. Вытяните губы трубочкой. Вращайте ими по часовой стрелке и против часовой стрелки. Дотянитесь губами до носа, затем – до подбородка. Повторить 6-8 раз.

7. “Смех”. Во время смеха положите ладонь на горло, почувствуйте, как напряжены мышцы. Подобное напряжение ощущается при выполнении всех предыдущих упражнений. Смех можно вызвать и искусственно. С точки зрения работы мышц не имеет значения смеётесь вы или просто произносите “ха-ха-ха”. Искусственный смех быстро пробудит приподнятое настроение, приведет к натуральному веселью.

Упражнения для устранения мышечных зажимов. 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.

Упражнение №1

Шея расслаблена. Мягкие движения головы по кругу в правую и левую стороны

Упражнение №2

Мягко опускаем нижнюю челюсть вниз, затем возвращаем на место. Выполнять мягко, осторожно. Правильное положение нижней челюсти можно найти, открыв рот на максимальную ширину, а затем немного ослабив мышцы.

Упражнение №3

Губы вытянуты в трубочку, выполняют движения влево-вправо, вращения по кругу вперед-назад и влево-вправо.

Упражнение №4

Язык принимает различные формы: сворачивается в трубочку, принимает форму ванночки /поднимаются боковые стенки и кончик языка/ или паруса /рот открыт, язык касается верхнего неба как можно дальше от передних зубов/