

Департамент образования и науки Костромской области
Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования Костромской области
«Дворец творчества»



Принята
педагогическим советом
Протокол № 1 от
«3» сентября 2018 года



«Утверждаю»
Директор ГБУ «Дворец творчества»
Иноземцева С. П.
Приказ № 236 от
«4» сентября 2018 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

«ГОЛОС»

направленность: художественная

вокальной студии «Эксклюзив»

Возраст детей 5 – 18 лет
Срок реализации – 7 лет / 1360 часов
Автор – Килькеева Нина Васильевна
педагог дополнительного образования

Кострома, 2018

Департамент образования и науки Костромской области
Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования Костромской области
«Дворец творчества»



Принята
педагогическим советом
Протокол № 1 от
«3» сентября 2018 года

«Утверждаю»
Директор ГБУ «Дворец творчества»
_____ Иноземцева С. П.
Приказ № 236 от
«4» сентября 2018 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА**

«ГОЛОС»

направленность: художественная

вокальной студии «Эксклюзив»

Возраст детей 5 – 18 лет
Срок реализации – 7 лет / 1360 часов
Автор – Килькеева Нина Васильевна
педагог дополнительного образования

Кострома, 2018

Оглавление

1. Пояснительная записка.....	4
2. Учебный план.....	9
3. Содержание программы	12
4. Формы аттестации, контроля	18
5. Обеспечение программы	19
6. Литература	23
7. Приложения	25

«На свете нет музыки слаще, чем звук любимого голоса»

Ж. Лабрюйер

1. Пояснительная записка

В системе отечественной музыкальной педагогики эстрадная – самая молодая. Интерес детей, родителей, наконец, зрительской аудитории к этому виду художественного творчества чрезвычайно велик. Свидетельство тому - множество конкурсов юных исполнителей эстрадной песни, где со всей очевидностью проявляются несомненные успехи в развитии жанра.

Художественная направленность в дополнительном образовании – одна из самых традиционных, в то же время привлекательна как для дошкольников, младших школьников, так и для молодежи.

Данная программа является программой художественной направленности, базового уровня освоения.

Программа разработана на основе и в соответствии с:

Федеральным законом №273-ФЗ от 29.12.2012 г. «Об образовании в Российской Федерации»;

Приказом Министерства образования и науки РФ № 1008 от 29 августа 2013 г. «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ №41 от 04.07.2014 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанных Министерством образования и науки Российской Федерации в 2015 году;

Примерными требованиями к программам дополнительного образования детей (из письма Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 №06-1844);

Уставом государственного бюджетного учреждения дополнительного образования Костромской области «Дворец творчества» (далее – Учреждение).

Новизна и оригинальность данной программы состоит в том, чтобы музыка постепенно, незаметно проникала в жизнь ребенка, заставляла слушать себя, пробуждала мысль и воображение, чтобы ученики сами искали (или с помощью педагога), думали, ошибались, сомневаться, но в конце концов, находили путь к истине, то есть делали открытие. Все это поможет им выработать способность действовать самостоятельно, что так важно в жизни каждого человека.

Воспитание детей на вокальных традициях одна из важнейших средств нравственного эстетического воспитания подрастающего поколения.

Отличительные особенности программы определяет ее педагогическая целесообразность программы которая состоит в том, что программа обеспечивает формирование и умение певческой деятельности и совершенствование специальных вокальных навыков; певческой установки, звукообразования, певческого дыхания, артикуляции, ансамбля; координации деятельности голосового аппарата с основными свойствами певческого голоса (звонкость, полетность), слуховые навыки; (слухового контроля и самоконтроля за качеством своего вокального звучания).

Цель: формирование музыкальной культуры детей и молодежи через активную музыкально-творческую деятельность средствами вокального искусства.

Задачи.

Образовательные:

создание оптимальных условий для развития и реализации потенциальных способностей одаренных детей;

организация образовательной среды, обеспечивающей выявление и оценку не только результативной, но и процессуальной стороны обучения, способствующей проявлению инициативы, самостоятельности, творчества и одаренности ребенка;

изучение процесса создания эстрадной песни;

изучение различных манер исполнения;

приобщение детей к музыке, к наследию русской и мировой классике;

обучение эмоциональной выразительности и передаче зрителям своего понимания красоты, добра и зла;

Воспитательные:

выработать у детей социально ценные навыки поведения, общения, группового согласованного действия;

воспитания культуры общения;

создание комфортных условий для интересной, творческой работы в коллективе студии, способствующих развитию коммуникативных навыков личности;

адаптация и психологическая поддержка одаренных детей;

Развивающие:

развитие и поддержание устойчивого интереса ребенка к вокально-эстрадному творчеству;

развитие слуха, чувства гармонии, ритма, музыкальной памяти;

развитие творческих способностей, обучающихся;

развитие аналитического мышления, способности к оценочной деятельности в процессе работы над репертуаром, освоения информации по истории песенного творчества;

развитие музыкальных и вокальных данных: певческий голос, музыкальный слух, память, чувство ритма, устранение речевых дефектов;

развитие творческого мышления и творческих способностей;

развитие и реализация потенциальных способностей одаренных детей.

Организация образовательного процесса. Вокально-эстрадная студия «Эксклюзив» разновозрастное творческое объединение обучающихся от 5 до 18 лет, которое обогащает ребят за счет своей деятельности, структур работы, использование своеобразных приемов воздействия на развитие творческой личности. В основе организации деятельности студии лежат эмоционально-нравственные связи между участниками, дружелюбные отношения и взаимопомощь, взаимная ответственность за конечный результат.

В студию принимаются ребята на основе прослушивания из числа учащихся общеобразовательных школ, гимназий, лицеев, дошкольных учреждений.

При приеме учитываются личностные предпочтения детей, стремление к эмоционально-образному самовыражению.

Кандидату в студийцы необходимо:

исполнить песню (без музыкального сопровождения)

повторить заданный ритм

повторить заданную мелодию.

Условия отбора:

музыкальный слух

чувство ритма

отсутствие дефектов речи (необходимо прочитать стихотворение, басню, скороговорки).

продемонстрировать хореографические данные под музыку.

Обучающиеся при приеме распределяются по группам. Наполняемость групп составляет:

не менее 12 человек – группы 1-го года обучения;

не менее 10 человек – группы 2-го года обучения;

не менее 8 человек – группы третьего и последующих годов обучения, а также по программам углубленного уровня освоения начиная с первого года обучения;

Срок обучения в студии семь лет. За этот период обучения обучающийся овладеет полным объемом знаний навыков, предусмотренных данной программой на базовом уровне.

Образовательный процесс организуется в форме групповых и фронтальных занятий, а также индивидуальных. Индивидуальные занятия по постановке голоса проводятся в течение всего периода обучения в студии. Специфика обучения в студии заключается в сочетании учебных, экспериментальных (поиск эффективных методик развития творческих способностей, изучение и использование новых приемов) и практических задач.

Занятия по программе проводятся в зависимости от года обучения и возраста обучающихся 2-3 раза в неделю по 2-3 академических часа. Академический час составляет 45 мин. (групповые занятия); 30-45 мин. (индивидуальные занятия).

По окончании 7 летнего года обучения, на отчетном концерте, обучающиеся исполняют 3-4 ансамблевых произведения, солисты по 1-2 произведения различных по характеру с учетом подготовки.

Организация образовательного процесса в студии предполагает включение в деятельность всех и одаренных, которые принимают участия в конкурсах, фестивалях, концертах различного уровня и детей, не обладающих явными вокальными данными, которые могут играть роль ведущих и действующих лиц в концертах и тематических представлениях студии.

В работе над вокальным произведением учитывается степень вокально-музыкальной подготовки обучающегося, подбирается репертуар по степени трудности в каждом отдельном случае.

В основе студии лежат эмоционально-нравственные связи между участниками, дружелюбные отношения и взаимопомощь в коллективе.

Таким образом, между ребятами и педагогом создается атмосфера дружбы, взаимопонимания, которое помогает получать высокие результаты работы.

Предполагаемые результаты программы.

К концу каждого обучения обучающиеся в ходе проведения промежуточной аттестации демонстрируют свои достижения.

По окончании 1 года обучения:

Образовательные

Правильно устанавливать корпус при пении;

Пользоваться певческим дыханием;

Понимать по требованию педагога – петь мягко, легко, нежно.

Понимать элементарные дирижерские жесты и правильно следовать им.

К концу года петь выразительно, осмысленно.

Воспитательные: сформирован коллектив единомышленников (педагог и дети).

Развивающие: сформированы музыкальная память и представления о музыкальном слухе.

По окончании 2 года обучения:

Образовательные

сформировано умение воспроизводить звуки напевно, легко;

сформировано умение чисто интонировать в медленном темпе большую и малую секунду и терцию;

обучающиеся правильно проговаривают гласные и согласные;

исполняют одну песню, соответствующую достигнутому уровню.

Воспитательные: в коллективе присутствует атмосфера взаимоуважения.

Развивающие: заложены представления об исполнительском мастерстве.

По окончании 3 года обучения:

Образовательные:

соблюдают певческую установку;

владеют голосовым аппаратом;
по требованию педагога поют слова, мягко, нежно, легко;
понимают дирижерские жесты и правильно следуют им (внимание вдох, начало звукоизвлечения и его окончания)

поют короткие фразы на одном дыхании;
в подвижных песнях берут быстрый вдох;
владеют дикцией в исполнительской деятельности;
поют выразительно, осмысленно свой репертуар;

Воспитательные: ответственно относятся к личным и коллективным успехам.

Развивающие: при совместной деятельности проявляют чувство товарищества, взаимопомощи.

По окончании 4 года обучения:

Образовательные

умеет правильно дышать, делать небольшой спокойный вдох, не поднимая плеч;
точно повторить заданный звук;
в подвижных песнях делать быстрый вдох;
правильно показать самое красивое индивидуальное звучание голоса;
петь чисто и слаженно;
работать в сценическом образе;
принимать активное участие в творческой жизни вокального коллектива.

Воспитательные: проявляет активную гражданскую позицию при выборе репертура, при участии в концертной деятельности объединения.

Развивающие:

умеет дать критическую оценку своему исполнению;
развито музыкальное мышление

По окончании 5 года обучения:

Образовательные:

петь достаточно чистым по качеству звуком, легко, мягко;
петь на одном дыхании более длинные музыкальные фразы;
исполнять вокальные произведения выразительно, осмысленно;
характеризовать выступления великих вокалистов;
принимать активное участие во всех концертах, фестивалях, конкурсах.

Воспитательные: стремятся исполнять произведения в условиях высокой исполнительской культуры.

Развивающие:

дают критическую оценку своему исполнению;
музыкального мышления и навыки импровизации проявляют при отборе и исполнении музыкального материала.

По окончании 6 года обучения:

Образовательные:

исполнение вокальных произведений, эстрадного плана, содержащее достаточно сложные музыкально-технические приемы управления голосовым аппаратом;

передать в движении характерные особенности исполняемого музыкального произведения;

передать навыки сценического искусства (движение, мимики, жеста),

уметь создавать сценический образ исполняемого произведения, передавать аудитории свои идеи и эмоции;

проявляют навыки образного мышления,

умеют работать в вокальном ансамбле;

умеют слушать одновременно звучащие голоса, выразительно поддерживать их;

вести собственную мелодическую линию;

использовать микрофон и фонограмму «минус один»;

участвуют в концертной деятельности.

Воспитательные: сформированы качества личности, необходимые для достижения успешности.

Развивающие: сформированы навыки адекватной оценки личного и коллективного результатов.

По окончании программы:

умеют работать над созданием художественного образа исполняемых произведений за счет певческого опыта, навыков вокального и сценического мастерства;

сформированы навыки, которые позволяют раскрыть индивидуальность в процессе коллективного исполнения.

умеют эмоционально и выразительно передать зрителю свое понимание красоты, добра и зла;

сформированы социально ценные навыки поведения, общения, группового согласованного действия;

проявляют навыки культуры общения;

сформированы коммуникативные навыки взаимодействия в творческом коллективе;

сформированы способности к оценочной деятельности в процессе работы над репертуаром, освоению информации по истории песенного творчества.

2. Учебный план

1 год обучения

№ пп	Разделы и темы	Количество часов			Формы контроля / аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Восприятие музыки	4	2	2	Прослушивание Анализ подготовки и участие в конкурсах, концертах, анализ результатов выступлений на различных мероприятиях, конкурсах
2	Певческая установка	6	4	2	
3	Гигиена голоса	1	1	0	
4	Музыкальные жанры	3	1	2	
5	Развитие чувства ритма	6	1	5	
6	Развитие слуха	8	1	7	
7	Дыхание	12	2	10	
8	Звук	9	5	4	
9	Дикция и артикуляция	10	2	8	
10	Темп	7	2	5	
11	Музыкально-исполнительская работа	2	0	2	
Итого		68	21	47	

2 год обучения

№ пп	Разделы и темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Строение голосового аппарата	3	1	2	Анализ подготовки и участие в конкурсах, концертах, анализ результатов выступлений на различных мероприятиях, конкурсах
2	Начальная певческая установка.	6	2	4	
3	Дикция и артикуляция	15	3	12	
4	Понятие звуковедения	16	6	10	
5	Дыхание	17	5	12	
6	Диапазон	6	2	4	
7	Музыкальные жанры	10	4	6	
8	Музыка, образ, движение	10	1	9	
9	Динамика	19	5	14	
10	Ансамбль и его виды	17	7	10	
11	Сценическое мастерство	7	2	5	
12	Концерты, конкурсы	10	2	8	
Итого		136	40	96	

3 год обучения

№п/п	Разделы и темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Гигиена голоса	2	2	0	Анализ подготовки и участие в конкурсах, концертах, анализ результатов выступлений на различных
2	Дыхание	30	2	28	
3	Звукообразование	16	2	14	
4	Дикция	20	2	18	
5	Диапазон	12	2	10	
6	Динамика	9	2	7	

7	2-х голосие в ансамбле	19	4	15	мероприятиях, конкурсах
8	Сценическое мастерство	13	3	10	
9	Конкурсы, концерты	15	1	14	
	Итого	136	20	116	

4 год обучения

№ п/п	Разделы и темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Тембр	4	4	0	Анализ подготовки и участие в конкурсах, концертах, анализ результатов выступлений на различных мероприятиях, конкурсах
2	Дикция	19	4	15	
3.	Дыхание.	28	8	20	
4.	Вибрато	12	2	10	
5.	Звуковедение (атака звука)	7	2	5	
6.	Речевое пение	14	4	10	
7.	Строй в ансамбле	18	2	16	
8.	А-капелла	12	2	10	
9.	3-х голосие	30	2	28	
10.	Работа над песней	20	5	15	
11.	Работа над сценическим образом	20	5	15	
12.	Культурно-массовая деятельность (Конкурсы, Фестивали, Концерты)	20	0	20	
Итого		204	40	164	

5 год обучения

№ п/п	Разделы и темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Ансамбль	15	0	15	Анализ подготовки и участие в конкурсах, концертах, анализ результатов выступлений на различных мероприятиях, конкурсах
2	Ансамблевый строй, ритм.	23	3	20	
3	Вокализация	25	2	23	
4	Звукообразование (атака звука).	19	4	15	
5	Расширение диапазона	10	0	10	
6	Вокальная «Опора»	22	2	20	
7	Дыхание	15	0	15	
8	Работа над песней	31	5	26	
9	Сценический образ в песнях	12	2	10	
10	Культурно-массовая деятельность	32	2	30	
Итого		204	20	184	

6 год обучения

№ п/п	Разделы и темы	Количество часов			Формы контроля / аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Современная русская песня	15	5	10	Анализ подготовки и участие в конкурсах,
2	Техника пения	30	10	20	

3	Современная зарубежная песня	5	5	0	концертах, анализ результатов выступлений на различных мероприятиях, конкурсах	
4	Джаз	17	2	15		
5	Вокальная аранжировка.	25	5	20		
6	Импровизация.	30	10	20		
7	Художественная выразительность в произведении (репертуар).	30	10	20		
8	Работа в ансамбле. Многоголосие.	40	2	38		
9	Собственная манера исполнения	12	2	10		
10	Формирование сценической культуры.	18		18		
11	Сценическое мастерство.	34	5	29		
12	Концертная деятельность	50	5	45		
Итого		306	61	245		

7 год обучения

№ п/п	Разделы и темы	Количество часов			Формы контроля / аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Совершенствование вокальных навыков	12	0	12	Анализ подготовки и участие в конкурсах, концертах, анализ результатов выступлений на различных мероприятиях, конкурсах
2	Скоординированность процессов (управление голосовыми связками резонанс, атака звука)	14	2	12	
3	Вокальные (распевки) упражнения	16	2	14	
4	Речевые упражнения	16	2	14	
5	Подвижность и беглость голоса	14	0	14	
6	Импровизация- Бэк-вокал	12	2	10	
7	Пение фальцетом, вибрато, мелизмы	16	2	14	
8	Музыкально- сценический образ	27	7	20	
9	Закрепление приобретенных навыков (дыхание, дикция, сила звука)	33	3	30	
10	Собственная манера исполнения вокального произведения	22	2	20	
11	Приемы работы исполнителя со звукоусиливающей аппаратурой.	10	2	8	
12	Подготовка и студийная запись. Изученного репертуара	18	4	14	
13	Ансамбль.	32	2	30	
14	Работа над певческим репертуаром	30	0	30	
15	Участие в концертных и конкурсных программах	34		34	
Итого		306	30	276	

3. Содержание программы

1 год обучения

1. Тема. Восприятие музыки.
Теория. Спеть знакомую песню.
Практика. Повторить звук или мотив с голоса педагога или инструмента.
2. Тема. Певческая установка
Теория. Работа над выработкой умений, правильного поведения воспитанника во время занятия.
Знакомство с основным положением корпуса и головы.
Практика. Упражнения по методике А. Попова «Физвокализ».
Игровая.
3. Тема. Гигиена голоса.
Теория. Беседа.
4. Тема. Музыкальные жанры.
Теория. Понятие «жанр». Песенность. Маршевость. Танцевальность.
Практика. Д. Кобалевский «Три кита».
5. Тема. Развитие чувства ритма.
Теория. Знакомство с понятием «метр», «темп».
Практика. Игра на ударных музыкальных инструментах (ложки, бубен).
Прохлопать ритмический рисунок знакомой песни.
Маршируем под музыку.
6. Тема. Развитие слуха.
Теория. Понятия слуха.
Практика. Использование упражнений по выработке точного восприятия мелодии.
Работа с детскими музыкальными инструментами. Дидактические игры.
7. Тема. Дыхание.
Теория. Понятие о дыхании.
Практика. Упражнения на выработку правильного дыхания.
8. Тема. Звук.
Теория. Понятие «Звук». Тихий и громкий звук «Музыкальные краски».
Практика. Игровой материал: «Тихо-громко запоем», «Колобок», «Музыкальные загадки».
9. Тема. Дикция и артикуляция.
Теория. Формирование правильного свободного произношения.
Практика. Отчетливое произношение слов в песни «Андрей-воробей», Упражнения: «Зеркало», «Обезьянка», Барашеньки».
10. Тема. Темп.
Теория. Понятие «Музыкальный темп». Его значение в музыки.
Практика. Разучивание игр: «Эльфы», «В гости пешком», «На велосипеде», «На машине».
11. Тема. Музыкально-исполнительская работа.
Теория. Воспитание исполнительских качеств.
Практика. Отчетный концерт.

2 год обучения

1. Тема. Голосовой аппарат.
Теория. Строение голосового аппарата. Дыхательная система.
Практика. Просмотр фильма. Беседа.
2. Тема. Певческая установка корпуса на занятиях по вокалу

Теория. Положения корпуса во время пения. Взаимосвязь певческой установки и качества звука.

3. Тема. Дикция и артикуляция.

Теория. Понятие дикции и артикуляции. Ее роль и значение.

Практика Работа над «сложными» звуками: «р», «л», «т», «д», «б», «п». и.д) Скороговорки.

4. Тема. Понятие звуковедения.

Теория. Понятие звуковедения. Его виды (легато, нон-легато, стаккато).

Практика. Упражнения: «Счет», «Капельки», «Ручеек», «Мама». Выработка звонкого, светлого звучания в высокой позиции. Достижение ровности звучания во всем диапазоне.

5. Тема. Дыхание.

Теория. Понятие о дыхании.

Практика. Практические упражнения на выработку правильного дыхания. Моменты вдоха и выдоха. Распределение дыхания. Упражнения на дыхание (В приложении)

6. Тема. Диапазон.

Теория. Понятие о диапазоне.

Практика. Унисон. Петь интервалы большой и малой секунды терции, чистой квинты.

7. Тема. Музыкальные жанры.

Теория. Особенности жанра. Умение различать жанры.

Практика. Слушание. П. Чайковский «Марш деревянных солдатиков», Ф. Шопен» Полонезы, Ж. Бизе «Вальсы», Ф. Мендельсон «Песни без слов».

8. Тема. Музыка, образ, движение

Теория. Значение игр со словами. Необходимость свободы при исполнении песен.

Практика. Разучивание игр: «Пингвины», «Медведь», «Хорошее настроение».

9. Тема. Динамика.

Теория. Понятия «Динамика». Грация звучности (р, pp, форте, меццо форте).

Практика. Упражнения: пение попевок с различной динамикой.

10. Тема. Ансамбль и его виды

Теория. Понятие ансамбль. Его значение. Виды ансамбля.

Практика. Попевки для разных видов ансамбля: «Соловушка», «Уж ты, сад».

11. Сценическое мастерство.

Теория. Умение передать образ песни.

Практика. Работа над жестами рук, тела, кругообразные движения головой, плечами, движения под музыку.

12. Конкуры, концерты.

3 год обучения

1. Гигиена голоса.

Теория: Беседа.

Практика. Просмотр фильма. Обсуждение.

2. Тема: Дыхание.

Теория. Взаимосвязь певческой установки, дыхательного и звукообразующего аппарата. Моменты вдоха и выдоха. Распределение дыхания. Ознакомление с видами атак: (твердая, мягкая, придыхательная).

Практика: упражнения на выработку певческого дыхания. Разминка на дыхание по Стрельниковой, А.Казарновской. 4. Тема: 3. Звукообразование.

Теория. Выработка звонкого, светлого звучания. Достижение ровности звучания на всем диапазоне. Звуковысотный диапазон голоса. Способы звуковедения - legato, staccato. Влияние эмоционального состояния на звукообразование голоса.

Практика. Упражнения на legato и staccato. Упражнения на развитие динамического диапазона голоса. Пение закрытым ртом. Работа над подвижностью голоса.

4. Тема. Дикция.

Теория. Формирование правильного произношения, свободы артикуляционного аппарата. Основные правила музыкальной речи. Правильное произношение гласных и согласных. Выразительное произношение текста.

Практика. Упражнения на дикцию: утрирование согласных, гласные и согласные. Скороговорки. Отработка текста в песне в медленном темпе.

5. Тема: Диапазон.

Теория. Расширение диапазона голоса. Выравнивание звука на всем диапазоне голоса.

Практика. Упражнение на увеличение диапазона голоса (интервалы). Чистота интонации. Правильное дыхание, звукообразование.

6. Тема: Динамика.

Теория. Виды «динамики».

Практика. Упражнения на различные динамические оттенки (крещендо и диминуэндо, р, pp, mezzo piano, и т.д).

7. Тема: 2-х голосие в ансамбле

Теория. Развитие внутреннего слуха учащихся, воспитание умения координации между слухом и голосом. Навыки ощущения своей партии и аккомпанемента.

Практика. Упражнение: «Начинаем петь каноны», «Пойду ль я, выйду ль я». Упражнение на исполнение чистоты интервалов (малой терции, большой терции, чистой квинты).

8. Тема: Сценический образ.

Теория. Восприятие сценического образа. Эмоционально раскрытие произведения.

Практика. Работа над принципом сознательности и творческой активности.

Отработка сложных интонационных мест в медленном темпе. Короткое дыхание между фразами. Работа над словом и окончания

9. Тема: Культурно-массовая деятельность.

Практика. Фестивали, Конкурсы, Концерты.

4 год обучения

1 Тема. Тембр.

Теория. Что такое тембр. Тембровая окраска и тембр звука.

Практика. Слушание музыкального материала:

М. Мусоргский «Рассвет на Москве-реке», В. Моцарт «Волшебная флейта».

2. Тема: Дикция

Теория. Осмысленность произношения текста. Формирование четкой взаимосвязи между дикцией и ритмом.

Практика. Упражнения на произношения гласных и согласных звуков. Упражнения на артикуляцию. Правильное произношение текста под музыку.

3. Тема: Дыхание.

Теория. Организация дыхания. Формирование навыка экономного выдоха.

Практика. Упражнение на организацию дыхания. Пение вокализов. Певческое дыхание.

Упражнение на активный выдох.

4. Тема: Вибрато.

Теория. Понятие Вибрато.

Практика. Упражнение на естественное вибрато. Работа на вибрацию голосовых связок с помощью рук.

5. Тема: Звуковедение (атака звука).

Теория. Типы атаки звука. Роль и значение.

Практика. Мягкая атака звука как основная форма звукообразования (упражнения).

6. Тема: Речевое пение.

Теория. Понятие речевого пения.

Практика. Упражнение на технику речевого пения низкие ноты высокие ноты.
Упражнение на переходные участки диапазона.

7. Тема. Строй в ансамбле.

Тема. Понятие «Гармонический строй», «Мелодический строй».

Теория. Упражнение на интонирование ступеней в мажорном и минорном ладах.

8. Тема: А-капелла.

Теория. Понятия « а-капелла». Его история.

Практика. Пение простейших попевок без сопровождения (а-капелла).

Теория. Знакомство с различными произведениями вокальной ансамблевой литературы. Повышение общего музыкального уровня.

9. Тема: 3-х голосие.

Теория. Понятие гармоническое и полифоническое исполнения.

Практика. Упражнение на параллельное движение трезвучий гармонических аккордов. 3-х голосное гармоническое и полифоническое исполнение.

10. Тема: Художественная выразительность в пении.

Теория. Эмоциональное раскрытие произведения.

Практика. Фрагментация, динамические оттенки, штрихи в работе над репертуаром.

11 Тема: Работа над сценическим образом.

12. Культурно-массовая деятельность.

5 год обучения

1. Тема: Ансамбль.

Теория. Вокальная работа в ансамбле. Проблемы ансамбля. Требования к ансамблю.

Практика. Управление артикуляцией, приведении ее в единую форму. Управление на цепное дыхание. Упражнение на развития двигательной сферы голосообразования. Переход из грудного регистра в фальцетный регистр. Упражнения на развитие мышц глотки и языка. Упражнение с твердой и мягкой атакой.

2. Тема: Ансамблевый строй, ритм.

Теория. Достижение метроритмического единства. Гармоническое и мелодическое исполнение голоса в ансамбле. Унисон. Чистота интонации в партии. Основы многоголосия.

Практика. Упражнения на развитие ритмического чувства. Работа над дикцией, орфоэпией. Упражнения над динамикой, звукоизвлечением, фрагментацией. Выравнивание партий сопрано и альтов. Единая манера исполнения. Отработка сложных интонационных мест в медленном темпе.

3. Тема. Вокализации.

Теория. Понятия термина «вокализация». Виды вокализации.

Практика. Кантилена. Пение легато на заданный звук «о», «у» и т. п.

Беглость. Филировка звука.

4. Тема: Звукообразование (атака звука).

Теория. Работа над точным интонированием и естественным звучанием.

Практика. Упражнение на твердую, мягкую, смешанную, придыхательную атаку звука. Упражнения на организацию дыхания, связанные с ощущением опоры. Упражнения на сложные скачки.

5. Тема: Расширение диапазона.

Практика. Упражнения «Лифт» - плавное распевание с самых нижних звуков до максимально верхних (включая фальцетные).

6. Тема: Вокальная «Опора».

Практика. Упражнение на развитие брюшного дыхания (выпускание звука на букву «С», «Бурление губами»). «Упражнения для диафрагмального дыхания.

7. Тема. Дыхание.

Теория. Выработка навыков цепного дыхания. Короткое и задержанное дыхание.

Практика. Вокальные упражнения на выработку рефлекторного певческого дыхания. Взаимосвязь качества звука и дыхания.

8. Тема: Работа над песней.

Теория. Разбор произведения на фразы, выделить куплеты и припев. Четкость произношения слов. Ровность тембра.

Практика. Читать текст как скороговорку при этом проговаривать все буквы, сначала в медленном темпе, а затем быстром. Прослушать песню и пропеть ее про себя, контролируя свое исполнение внутренним слухом. Рассмотреть каждый трудный момент в отдельности. Отработка переходных звуков.

9. Тема: Сценический образ в песне.

Теория. Сформировать сценический имидж песни и свой «песенный» образ. Сделать песню неповторимой и оригинальной.

Практика. Чистота интонации. Четкое произношение. Характер песни и достойное донесение ее до слушателя. Работа над мимикой. Работа над костюмом. Движением.

10. Тема. Культурно-массовая деятельность

Практика. Конкурсы. Фестивали. Концерты. Встречи.

6 год обучения

1. Тема: Современная русская песня

Теория. Ознакомление ребят с современной русской песней. Использование русских песен в репертуаре. Усовершенствовать технические навыки.

Практика. Слушание музыки. Вокальные упражнения на дикцию, артикуляцию, дыхание.

Упражнения на совершенствование сценического движения; жеста, мимика.

2. Тема: Техника пения.

Теория: Закрепить понятия о технике пения. Понятие «Купол» и умение им пользоваться.

Практика. Упражнение на технику беглости: чистота интонации на стаккато и легато в быстром темпе. Работа над расщеплением звука: субтон и гроулинг. Петь свободно, импровизировать в дуэте, и в ансамбле.

3. Современная зарубежная музыка.

Теория. Слушание мировой зарубежной эстрадной музыки.

4. Тема. Джаз.

Теория. Способ подражания голоса инструменту. Вариационные развития мелодии. Пение в разных стилях.

Практика. Упражнения на импровизацию. Проговаривание слоговые словосочетания (пам - па- ри- ри- рам») в любом темпе. Исполнение фраз под фонограмму «минус один» «Упражнения на данные слоги с конкретными ритмическими рисунками. Слоговые сочетания с данными фразами.

5. Тема: Вокальная аранжировка

Теория. Реальные возможности ансамбля.

Практика. Выбор тесситуры, удобной тональности, диапазона. Аранжировка бэк вокала (импровизация).

6. Тема. Импровизация

Теория. Использование импровизации в вокальном искусстве. Особенности вокальной импровизации. Эффекты импровизации. Требование к импровизации.

Практика. Просмотр видеозаписей, слушании аудиозаписей. Анализ импровизаций великих вокалистов. Элементы импровизации. Собственная манера исполнения. Обыгрывание и опевание тона. Построение фраз и самостоятельное развитие музыкальной темы. Упражнения на элементы импровизации.

7. Тема. Художественная выразительность в произведении (репертуар)

Теория. Эмоциональное раскрытие произведения.

Произношение литературного текста выявления и выражение смысла и характера.

Практика.

Фразировка, динамические оттенки, штрихи в работе над репертуаром.

Произношение, выявление и выражение смысла и характера литературного текста.

Упражнения на распевы, декламацию, вокализацию, импровизацию.

8. Тема. Работа с ансамблем. Многоголосие.

Теория.

Уметь самостоятельно работать над мелодией. Уметь анализировать музыкальное произведение. Унисон. Чистота интонации в партии. Основы многоголосия.

Практика.

Работа и исполнение ансамблевым составом. Пение на несколько голосов. Умение держать строй, партию. Пение полифонических упражнений, канонов. Разбор мелодии и текста в музыкальном произведении. Умение слушать и анализировать рядом стоящего. Отработка сложных интонационных мест в медленном темпе.

9. Тема. Собственная манера исполнения.

Теория.

Тембр и динамика своего голоса. Умение услышать себя изнутри и снаружи.

Практика.

Работа с текстом: проговаривание и заучивание текста. Анализ своего исполнения. Устранение трудностей в работе над песней.

10. Тема. Формирование сценической культуры.

Практика: Работа с фонограммой. Пользование фонограммой с помощью аккомпанирующего инструмента в соответствующем темпе.

11. Тема. Сценическое мастерство.

Теория.

Использование в исполнении произведений полученных навыков, Жестикуляция, мимика. Развитие в творчестве; музыкальном, вокальном, эстетическом мастерства

Практика.

Упражнения для раскрепощения корпуса, рук, ног. Упражнения для развития мимики лица, коррекции жестов. Упражнение «Создай свой образ». Участие в фестивалях, концертах, конкурсах. Просмотры телепередач (обсуждения).

12. Тема. Концертная деятельность.

Теория.

Составление программ.

Практика.

Динамика выступлений, принцип контрастности произведений, чередование различных жанров, кульминация, восприятие слушателя.

7 год обучения

1. Тема: Скоординированность процессов дыхания и Атаки звука.

Практика: Упражнения, направленные на работу по развитию Дыхания с изменением атаки звука (Е.М. Печерская «Певческая школа»).

1. Тема: Вокальные упражнения.

Практика: Усложнение комплексов вокальных упражнений по совершенствованию вокальных навыков.

2. Тема: Речевые упражнения

Исполнение упражнения сопровождением выразительностью мимикой и жестами.

3. Тема. Подвижность и беглость голоса.

Практика. Вокальные упражнения на развитие подвижности и беглости голоса (Е.М. «Вокальный букварь»).

4. Тема. Образное раскрытие импровизации в упражнениях.

Практика. Пение импровизаций, вариаций, на заданную тему в различном характере, с различным ритмическим рисунком. Сочинение небольших мелодий в опоре на характерные интонации, пение вокализов.

5. Тема: Фальцет

Практика: Пение разными манерами. Умение использовать в произведении.

6. Тема: Музыкально- сценический образ .

Практика: Использование речитатива как выразительный момент.

8. Тема: Закрепление приобретенных навыков.

Практика:

Дыхательная гимнастика с четким контролем правильного певческого дыхания. Щадящее положение гортани при пении. Комплекс тренировочных упражнений в унисон и многоголосно. Речевой тренинг. Навыки импровизации.

9. Тема: Собственная манера исполнения.

Практика: Устранение неравномерности развития голосового аппарата и голосовой функции в певческой деятельности

10. Тема: Приемы работы исполнителя со звукоусиливающей аппаратурой

Практика:

Нюансировка, Фразировка, Навыки использования микрофона при активном сценическом движении.

11. Тема: Подготовка и студийная запись репертуара.

Практика: Умение артикуляционно и интонационно точно

Передать исполнительский замысел. Ансамблевость звучания.

Особенности исполнения интервалов при записи и понятие « активности » голосовой подачи.

12. Тема: Индивидуальные занятия

Практика: Перенос технологии со специальных координационно-тренировочных упражнений на конкретный музыкальный материал

13. Тема: Работа над певческим репертуаром.

Практика: Работа над сложностями интонации, освоение более сложных вокально-исполнительских приемов.

Работа по овладению элементами стилизации.

14. Тема: Участие в концертных и конкурсных программах, фестивалях детского и юношеского творчества не регламентировано.

Практика: Работа над созданием художественного образа исполняемых произведений за счет певческого опыта, навыков вокального и сценического мастерства.

Раскрытие индивидуальности через коллективное исполнение.

4. Формы аттестации, контроля

Формы контроля – это наблюдение в ходе занятий, анализ подготовки и участие в конкурсах, концертах, оценка зрителей, членов жюри, анализ результатов выступлений на различных мероприятиях, конкурсах. Прослушивание при приеме.

Предполагаемые результаты программы оцениваются в процессе промежуточной и итоговой аттестации.

Промежуточная аттестация обучающихся проводится по завершении года обучения (при переводе на следующий год). Сроки проведения промежуточной аттестации апрель-май. Критерии оценки результативности оцениваются по следующим показателям: высокий уровень – качественное освоение обучающимся от 70% содержания программы, подлежащей аттестации; средний уровень – качественное освоение обучающимся от 50% до 69,9% содержания программы, подлежащей аттестации; низкий уровень – качественное освоение обучающимся менее 49,9% содержания программы, подлежащей аттестации.

Итоговая аттестация обучающихся проводится по завершении реализации программы. Сроки проведения итоговой аттестации апрель-май. При итоговой аттестации учитываются достижения обучающихся в течение всего периода обучения.

Результаты итоговой аттестации обучающихся анализируются педагогом дополнительного образования совместно с аттестационной комиссией по количеству обучающихся (%):

освоивших программу на высоком уровне, т.е. качественно освоивших более 70% ее содержания;

освоивших программу на среднем уровне, т.е. качественно освоивших от 50% до 69,9% ее содержания;

освоивших программу на низком уровне, т.е. качественно освоивших менее 49,9% содержания программы.

5. Обеспечение программы

Методическое обеспечение программы. Музыкальное образование детей средствами вокального искусства представляет собой органическое единство образования и воспитания, единство активных методов обучения и творческой самостоятельности воспитанников. На основе этих принципов определены формы и методы работы:

- метод поэтапного обучения помогает включить в образовательную деятельность каждого воспитанника, учитывая его индивидуальность (возрастная дифференциация);
- метод привлечения индивидуального опыта ребенка помогает построить процесс усвоения от простого к сложному; проблемность, диалогичность, индивидуализация;
- диалогичные методы. Форма: беседа, игра;
- методы индивидуальной и коллективной работы. Форма: игры, тестовые и творческие задания используются для всех возрастов, позволяя запомнить сложный материал.
- метод обсуждения с детьми впечатлений от посещений концертом, фестивалей детского, художественного творчества;
- метод сравнения; участие в смотрах, конкурсах, фестивалях.

1 год обучения		
Темы	Методы	Приемы и формы
Введение	Индивидуальное прослушивание детей	Повторить звук или мотив с голоса
Дикция и артикуляция	Свободное произношение артикуляционного аппарата	Приемы ИГРА «Зеркало», «Обезьянка», «Барашеньки» и т. д.
Развитие ритма	Слушание, беседа.	Ритмические движения под музыку. Игра на ударных инструментах (бубен, ложки).
Интонация	Пение по слуху. Интонационные навыки.	Пение попевок. Исполнение песен от разных звуков. Интонационные упражнения в виде поговорок. Несложных песен с текстом с музыкальным сопровождением и без сопровождения.
Звук	Слушание, Беседа.	Игровой материал: бубен (тихо-громко). Загадки.
Дыхание	Исполнение с сопровождением и без сопровождения.	Петь упражнения на 2-3-х соединительных звуков. Дидактические игры.
Слух	Развитие слуха	Упражнения для развития и улучшения слуха.

		Игровые ситуации, содержащие художественный момент типа: «Эхо». «Ответ кукушки».
Темп	Слушание. Обсуждение.	Игра: «На машине», «Велосипеде», «Пешком»
2 год обучения		
Темы	Методы	Приемы и формы
Дыхание	Взаимосвязь звука и дыхания	Дыхательные упражнения по методике А. Стрельниковой. Моменты вдоха и выдоха.
Звуковедение	Работа над точным и естественным звучанием голоса.	Упражнения: Счет, Капельки, Ручеек.
Дикция	Работа над звуками р, л, т, д, с, з и т. д.	Скороговорки.
Интонация	Сформировать навыки несложных песен с текстом, выученных на слух. С сопровождением и без сопровождения.	Упражнение на интонирование интервалов. Большой и малой терции. Упражнения на координацию слуха и голоса. Урок – исполнения. Урок – исправления ошибок.
Голосовой аппарат	Охрана голоса	Беседа. Демонстрация гортани и дыхательной системы.
Гортань	Гортань – голосообразующий орган. Положение гортани, мягкого неба, широкого горла. Выработка колоратурной техники. Свободное легкое дыхание.	Упражнение на гласные «И», «Е», «О», «У». Упражнения на раскрепощении гортани, беглости на слог «ха».
Динамические оттенки	Работа над снятием форсирования звука в режиме <i>crescendo</i> , <i>diminuendo</i> .	Упражнения, направленные на сохранение певческого тона диафрагмального дыхания при пении <i>mezzo piano</i> , <i>piano</i> .
Музыка, образ, движение.	Раскрепощение всех мышц лица и тела.	Игра. Движения под музыку изображая Пингвина, Медведя, Клоуна и хорошее настроение.
3-4 год обучения		
Темы	Методы	Приемы и формы
Цепное дыхание	Развитие певческого дыхания на медленной кантиленой музыки.	Упражнения, направленные на выработку рефлекторного певческого дыхания. Работа над развитием цепного дыхания
Звукообразование	Атака звука и ее виды.	Урок-беседа. Упражнения на виды атаки, развивающее звуковысотный диапазон, развитие динамического диапазона голоса.
Дикция	Правильное произношение. Выразительность слов в пении.	Декламация текста в песне в медленном и быстром темпе.

Речевое пение	Естественная техника речевого пения. Работа мышц при речевом пении. Активизация речевого аппарата.	Упражнения с использованием речевых и музыкальных скороговорок. Вокальных упражнений на расслабление гортани, внешних мышц. Упражнения на расширении диапазона.
Художественная выразительность в ансамбле	Умение слышать себя и партнера. Стремление к художественному единству при исполнении.	Развитие самостоятельно держать партию. Унисон. Единая манера исполнения в партии.
Голос, его роль в звукообразовании.	Знакомство с различными музыкальными упражнениями, способствующих развитию вокальных данных, а также их дикция и артикуляция.	Демонстрационная программа. Слуховой анализ, вокализация. Урок-общения.
Работа над репертуаром	Темп. Ускорение и замедление. Диминуэндо и крещендо.	Упражнения на динамику. Исполнения текста в быстром и медленном темпе без сопровождения.
5-6 год обучения		
Темы	Методы	Приемы и формы
Диафрагма	Три позиции диафрагмы. Пение на дыхании с опорой на диафрагму.	Упражнения на приподнятую диафрагму на звуки «И», «У». Упражнения на звуки «О», «Э» на средней позиции диафрагмы. Упражнения на звуки «А», «Я»-диафрагма идет вниз. Упражнения на активное дыхание и работу диафрагмы.
Техника пения	Закрепление правильного певческого дыхания, дикции, артикуляции.	Упражнение на технику исполнения: опевание звуков, пение звукоряда с увеличением постепенного темпа.
Дыхание	Организация дыхания с ощущением опоры, Формирования навыка экономного выдоха.	Упражнения на организацию дыхания связанное с ощущением опоры. Упражнения на работу мышц.
Выразительность исполнения	Исполнение на эмоциональном уровне	Исполнение вокализов, используя «мелизмы», «вibrato», форшлаг», «глиссандо». Упражнения на расщипления звука: субтон, гроулинг.
Джазовый вокал	Слушание музыки выдающихся певцов	Умение подпевать, подражать, копировать. Упражнения на слогового (бестекстового) пения, на артикуляцию связанных по смыслу

		слогов в звукоизвлечении.
Резонаторы	Использование резонаторов в исполнении песенного репертуара	Распевки- упражнения
Приемы, употребляемые в процессе работы над песней	Дыхание плюс жест. Дыхательный аппарат.	Беседа как улучшить дыхательный аппарат во время пения. Упражнения на совершенствования дыхательного аппарата и поддержка на высоком его работоспособности «Купол»
Сценическая культура	Приобщение ребят к основам сценической культуры	Работа с микрофоном. Навыки сценического искусства: движение, мимика, жесты. Урок обсуждения.
7 год обучения		
Темы	Методы	Приемы и формы
Современная русская песня	Знание Русской эстрадной музыки. Слушание.	Урок - демонстрация. Урок - общения. Упражнения дыхание, артикуляцию, на дикцию,
Зарубежная эстрада	Знание мировых образцов зарубежной эстрады. Слушание.	Урок - общения. Урок-слушание, показ. Урок-практика. Урок- демонстрация.
Интонация	Петь выразительно. Исполнение на эмоциональном уровне.	Исполнение вокализов, используя «Мелизмы» «Вибрато», «Форшлаг»
Техника пения	Владение певческими навыками	Упражнения на технику беглости на стаккато и легато в быстром темпе.
Джаз	Гармония Джаза. Вариационные развитие мелодии.	Упражнения на импровизацию развитие мелодии. Практические упражнения. Практическая гармонизация.
Импровизация	Собственная манера исполнения. Построение фраз и самостоятельное развитие музыкальной темы.	Просмотр видеозаписей, слушание. Упражнения на элементы импровизации.
Многоголосие	Работа с партитурой в ансамбле.	Пение полифонических, гармонических упражнений, канонов. Чистота интонации в партии. Чуткое слушание фонограммы.
Сценическая культура	Умение двигаться на сцене: умение создавать «свой» образ. Беседа, слушание, показ, практические занятия, работа индивидуально и по группам. Умение	Урок-практика. Урок- демонстрация. Урок - общения. Урок-показ. Метод аналитической работы. Словесный метод: рассказ, беседа. Вокально-ансамблевая работа

	пользоваться микрофоном, анализировать музыкальные произведения и качество исполнения.	
Концертная деятельность	Метод художественного творчества. Класс-концерт с использованием исполнительского мастерства.	Участие в смотрах, конкурсах, фестивалях, концертах.

Материально-техническое обеспечение: Имеется помещение для занятий. Для успешной реализации программы применяется аудиосредства в виде аудиозаписей на компакт-дисках и др. аудио наглядный материал.

6. Литература

Для детей.

1. Алдер Х.Н. «Современные психологии» СПб. ,Питер 2000г.
2. Битус. А.Ф. «Особенности обучения пению детей без музыкальной подготовки» . М.- 2004 г. №1.(для родителей)
3. Гридина В.Т.» Читай, играй, веселись». – М. ЗАО «БАО- Пресс»-2005
4. Журавленко Н.И. Уроки пения. – Минск: «Полиграфмаркет», 1998.
5. Никешин В.И. «И в пении нужен букварь» клуб 9 №2, 2000г.
6. Пикерская Е.Н. «Вокальный букварь». М, 1996г.
7. Первушин Е. «Как развить способности вашего ребенка»- М,2005 г. (для родителей)
8. Прокопьев В.Н. «Как стать певцом и сделать карьеру» С.Пб.,,2000г.
9. Театр – студия «Дали». – «Я вхожу в мир искусства», М. №5-6. – 1997.
10. Щетинин М.Д. «Дыхательная гимнастика для детей» А. Стрельниковой. М. 1999г.

Для педагогов

1. Алдер Х.Н. «Современные психологии» СПб. ,Питер 2000г.
2. Апраксин О. «Методика развития детского голоса». М., 1989г.
3. Балашов В.» Пэтическое слово и вокальная интонация» М., 1999
4. Белоброва Е.В. «Методика обучения эстрадно- джазовому вокалу», М.2001г
5. Гонтаренко Н.Б. Сольное пение: секреты вокального мастерства /Н.Б. Гонтаренко. – Изд. 2-е Ростов Н/Д: Феникс , 2007.
6. Дмитриев Л. «Основы вокальной педагогике» М.2000г.
7. Егоров А.» Коллектив и личность» М.1994г.
8. Емельянов Е.В. Развитие голоса. Координация тренинг, 5- изж.,- СББ. Издательство «Лани»; Издательство «Планета музыки», 2007.
9. Зеленцов Е.Л «Организация работы по совершенствованию техники речи». Минск-2005г.
10. Исаева И.О.»Экспресс-курс развития вокальных способностей» ООО. «Издательство Астрель». М. 2006г.
11. Исаева И.О. Эстрадное пение. Экспресс-курс развития вокальных способностей,- М: АСТ; Астрель , 2007г.

12. Кунин Э. «Секреты ритмики в джазе». М. 1997г.
13. Мелик – Пашаев А.А. Педагогика искусства и творческие способности. – М.: 1989 г
14. Михайлова М. Развитие музыкальных способностей у детей. Ярославль: Академия развития. 1997г.
15. Морозов В.П. «Вокальная одаренность». Институт психологии РАН, М.2002г.
16. Охомуш Т. «Методика обучения эстраднему вокалу» Иваново, 2000г.
17. Прокопьев В.Н. « Как стать певцом и сделать карьеру» С.Пб.,2000г.
18. Рогачев А. «Гармония в джазе». М.2000г.
19. «Полная программа совершенствования голоса» СЭТ РИГГЗ Изд. ООО « Питер-Пресс», 2007г.
20. Теория и практика мастерства актёра. – М..ГИТИС, 1990
21. Федеральная программа «Одарённые дети» на 1998 – 2000 годы. Российская газета,23.10.1997г. – с.4.
22. Чурилова Э.Т. Методика и организация Театральной деятельности, дошкольников и младших школьников. М. Гуманит. ВЛАДОС 2001 г
23. Юшматов В.И. « О проблемах современной теории певческого искусства» СПб. , Канон 1999г.

7. Приложения

Приложение 1

Календарный учебный график

3-год обучения

№	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения
1	Сентябрь	1-я гр - 17-19 2-я гр - 17-19	14.00-15.40 15.50-17.30	Повторение основных правил безопасности на занятиях. Просмотр Фильма. Обсуждение	8	Техника безопасности. Строение голосового аппарата	Каб. №25
2	Сентябрь	1гр - 24-26 2гр - 24-26	14.00-15.40 15.50-17.30	Упражнения на подвижность голоса. Беседа Упражнения под музыку	8	Владение своим голосом. Правильная певческая установка.	Каб. №25
3	Октябрь	1-я гр - 1-3 2-я гр - 1-3	14.00-15.40 15.50-17.30	Беседа. Распевки на гласные. Упражнения на звуковысотный диапазон	8	Пение разным звуком. Управление голосовыми связками	Каб. №25
4	Октябрь	1-я гр - 8-10 2-я гр - 8-10	14.00-15.40 15.50-17.30	Игра-Звуковое дыхание	8	Голосообразование- Рождение звука	Каб. №25
5	Октябрь	1-я гр - 15-17 2-я гр - 15-17	14.00-15.40 15.50-17.30	Скороговорки Упражнения на речевую позицию.	8	Активизация речевого аппарата Петь как разговаривать	Каб. №25
6	Октябрь	1-я гр - 22-24 2-я гр - 22-24	14.00-15.40 15.50-17.30	Упражнения на произношение гласных и согласных. Беседа Распевки-	8	Дикция. Дикция и артикуляция	Каб. №25
7	Октябрь	1-я гр - 29-31 2-я гр - 29-31	14.00-15.40 15.50-17.30	Артикуляционная гимнастика	8	Осмысленность произношения текста. Взаимосвязь речи и пения	Каб. №25
8	Ноябрь	1-я гр - 12-14 2-я гр - 12-14	14.00-15.40 15.50-17.30	Упражнение на пропевание согласных (любой звук)	8	Взаимосвязь дикции и ритма. Интонационирование согласных	Каб. №25

9	Ноябрь	1-я гр - 19-21 2-я гр - 19-21	14.00-15.40 15.50-17.30	Распевки-скороговорки.	8	Пропевание гласных. Сочетании гласных с согласным звуком	Каб. №25
10	Ноябрь	1-я гр - 26-28 2-я гр - 26-28	14.00-15.40 15.50-17.30	Упражнение на дыхание.	8	Дыхание. Ощущение диафрагмы	Каб. №25
11	Декабрь	1-я гр - 3-5 2-я гр - 3-5	14.00-15.40 15.50-17.30	Упражнение на организацию дыхания	8	Организация дыхания. Формирование навыка экономного выдоха	Каб. №25
12	Декабрь	1-я гр - 10-12 2-я гр - 10-12	14.00-15.40 15.50-17.30	Пение вокализов. Слушание ведущих певцов. Обсуждение.	8	Певческое дыхание .Понятие звуковедение.	Каб. №25
13	Декабрь	1-я гр - 17-19 2-я гр - 17-19	14.00-15.40 15.50-17.30	Тренировочные занятия-упражнения	8	Диапазон. Певческий диапазон	Каб. №25
14	Декабрь	1-я гр - 24-26 2-я гр - 24-26	14.00-15.40 15.50-17.30	Упражнение на мышцы лица	8	Расширение певческого диапазона. Ровное звучание во всем диапазоне.	Каб. №25
15	Январь	1-я гр - 9-14 2-я гр - 9-14	14.00-15.40 15.50-17.30	Упражнения для работы голосового аппарата в разных регистрах.	8	Речевая позиция Речевой диапазон	Каб. №25
16	Январь	1-гр - 16-21 2-гр - 16-21	14.00-15.40 15.50-17.30	Упражнения по А. Стрельниковой Беседа. Просмотр фильма	8	Дыхание-основа вокального искусства. Взаимосвязь звука и дыхания	Каб. №25
17	Январь	1-гр - 23-28 2-гр - 23-28	14.00-15.40 15.50-17.30	Дыхательная гимнастика Л. Казарновской	8	Состояние вдоха и выдоха. Дыхание во время пения.	Каб. №25
18	Январь Февраль	1-гр - 30-4 2-я гр - 30-4	14.00-15.40 15.50-17.30	Упражнение legato, staccato.	8	Владение голосовым аппаратом. Звуковысотный диапазон	Каб. №25
19	Февраль	1-я гр - 6-11 2-я гр - 6-11	14.00-15.40 15.50-17.30	Упражнения на развитие диапазона, на закрытый рот.	8	Способы звуковедения Подвижность голоса.	Каб. №25
20	Февраль	1-я гр - 13-18 2-я гр - 13-18	14.00-15.40 15.50-17.30	Тренировочные упражнения	8	Диафрагма Ощущение диафрагмы	Каб. №25
21	Февраль	1-я гр - 29-25 2-я гр - 20-25	14.00-15.40 15.50-17.30	Упражнения на приподнятую диафрагму И.У	8	Работа диафрагмы во время исполнения. Средняя позиция диафрагмы	Каб. №25
22	Февраль Март	1-я гр - 27-4 2-я гр - 27-4	14.00-15.40 15.50-17.30	Упражнения на стоккато и легато	8	Нижняя позиция Диафрагмы Три позиции диафрагмы	Каб. №25

23	Март	1-я гр - 6-11 2-я гр - 6-11	14.00-15.40 15.50-16.00	Упражнения на технику беглости	8	Техника пения. Владение певческими навыками	Каб. №25
24	Март	1-я гр - 13-18 2-я гр - 13-18	14.00-15.40 15.50-16.00	Пение с сопровождением и без сопровождения	8	Интонирование Чистота интонирования	Каб. №25
25	Март	1-я гр - 20-25 2-я гр - 20-25	14.00-15.40 15.50-16.00	Упражнения на интервалы	8	Контроль над интонированием Выразительное пение	Каб. №25
26	Март Апрель	1-я гр - 27-1 2-я гр - 27-1	15.50-17.30 17.40-19.20	Распевки-гаммы в регистровом диапазоне	8	Диапазон. Расширение диапазона	Каб. №25
27	Апрель	1-я гр - 3-8 2-я гр - 3-8	14.00-15.40 15.50-17.30	Слушание-обсуждение	8	Музыкальные жанры. Виды. Импровизация	Каб. №25
28	Апрель	1-я гр - 10-15 2-я гр - 10-15	14.00-15.40 15.50-17.30	Викторина. Вопросы и ответы	8	Отличие исполнения эстрадного пения от классики? Особенности вокальной импровизации	Каб. №25
29	Апрель	1-я гр - 17-22 2-я гр - 17-22	14.00-15.40 15.50-17.30	Урок-исполнение Игры-вопросы и ответы	8	Эффекты импровизации Требование к импровизации	Каб. №25
30	Апрель	1-я гр - 24-29 2-я гр - 24-29	14.00-15.40 15.50-17.30	Речевой тренинг-разминка	8	Речевое исполнение Речевая позиция	Каб. №25
31	Май	1-я гр - 6-8 2-я гр - 6-8	14.00-15.40 15.50-17.30	Знакомство с песней, авторами	8	Работа над произведением Смысловый анализ	Каб. №25
32	Май	1-я гр - 13-15 2-я гр - 13-15	14.00-15.40 15.50-17.30	Упражнения на интервалы, скачки	8	Работа над песней без фонограммы. Работа над сложными интонациями	Каб. №25
33	Май	1-я гр - 20-22 2-я гр - 20-22	14.00-15.40 15.50-17.30	Исполнение с элементами актерской игры	8	Собственная манера исполнения Работа над образом, движением	Каб. №25
34	Май	1-я гр - 27-29 2-я гр - 27-29	14.00-15.40 15.50-17.30	Самоанализ	8	Репетиция на сцене Отчетный концерт	Каб. №25

Оценочные материалы

Критерии оценки освоения программы

1. Уровень освоения материала, предусмотренного учебной программой
2. Выразительность, владение вокально-техническими приемами
3. Формирование устойчивого интереса к музыкальному искусству. (По итогам контроля обучающиеся распределяются на группы по уровню подготовленности)

Критерии оценки участие в концертах, конкурсах, фестивалях

1. Глубина раскрытия темы;
2. Наличие исполнительской культуры, развитие музыкального мышления
3. Овладение практическими умениями и навыками в различных видах
4. Уровень знаний и умений, динамика вокального развития
5. Свободно владеть голосом
6. Создание художественного образа, целостность исполнения номера
7. Соответствие произведения возрасту исполнения
8. Соответствие стилю, осмысленность и выразительность
9. Артистизм, выразительность, оригинальность
10. Создание художественного образа, целостность исполнения номера.

Критерии, применяемые в ходе индивидуальной беседы

- Полнота знаний вокальных терминов
- Мотивация к занятиям по программе
- Уровень сформированного познавательного интереса к вокальному искусству
- Уровень комфортности пребывания в объединении

Критерии оценки участия в конкурсах

- Активность участия в конкурсах, фестивалях, концертах
- Результативность участия (наличие дипломов, грамот)

Критерии оценки, применяемые при проведении различных форм контроля

Освоение вокального мастерства оценивается по следующим параметрам:

- чистота интонирования;
- тембр: богатство обертонами, качество вибрато, полётность и звонкость;
- активность и правильность работы дыхания и артикуляционных мышц;
- качество дикции: разборчивость, осмыслённость, грамотность;
- музыкальность (умение выстраивать музыкальную фразу и все мелодическое развитие в пределах данной музыкальной формы);
- соответствие стилю, осмысленность и выразительность исполнения;
- соответствие произведения возрасту исполнителя;
- артистизм, выразительность исполнения, оригинальность;
- динамические оттенки, развитие, кульминация;
- умение доносить смысл и настроение произведения;
- создание художественного образа, целостность исполнения номера.

Эти параметры учитываются при промежуточной аттестации и итоговой аттестации, в соответствии с возможностями каждого этапа развития учащегося и его голоса.

При определении уровня вокального мастерства обучающихся в ходе промежуточной или итоговой аттестации выставляется оценка по пятибалльной шкале.

5 («отлично») ставится, в случае если выступление артистичное, выразительное, вдохновенное, соответствующей степени сложности, с учетом года обучения и индивидуальных возможностей. Обучающийся демонстрирует использование вокально-технических приёмов в пении соответствующее уровню подготовки, наличие чистой вокальной интонации, отличное знание текста, понимание стилистических особенностей произведения. Если раскрыт образ произведения, найдено интересное художественное решение, выбраны точные средства выразительности. Кроме того учитывается регулярное посещение, отсутствие пропусков без уважительных причин; активная эмоциональная работа на занятиях, участие во всех концертах.

4 («хорошо») ставится, если вокальные номера соответствует году обучения, присутствует грамотное исполнение с наличием мелких технических недочетов (незначительные интонационные погрешности, недостатки дикции, артикуляции, недостаточная опора на дыхание и общая координация в работе). В ходе исполнения проявляется недостаточно убедительное воплощение образов исполняемых произведений, стилистические неточности; участие в концертах.

3 («удовлетворительно») ставится, если вокальные номера не соответствует году обучения (с учетом возможностей и предыдущей динамики развития обучающегося). При исполнении обнаружено плохое знание нотного текста, технические ошибки (грубые интонационные ошибки); обучающийся проявляет незнание наизусть некоторых текстов песен, а так же исполнение маловыразительное, формальное, характер произведений не выявлен. Обучающийся проявляет низкий художественный уровень исполнения, участие в обязательном отчётном концерте.

2 («неудовлетворительно») выставляется за низкий уровень исполнения программы, слабую технику пения, фальшивую вокальную интонацию и непонимание стилистических особенностей произведения, комплекс существенных недостатков, являющихся следствием нерегулярного посещения аудиторных занятий и отсутствия самостоятельной работы.

«Зачет» (без отметки) выставляется за скучное, невыразительное исполнение программы, заурядную трактовку произведений, обучающийся проявляет погрешности в технике пения, не чистая вокальная интонация, отсутствует понимание ряда стилистических особенностей произведения. Использование вокально-технических приёмов в пении не соответствует уровню подготовки. Образ произведения и средства выразительности подобраны неточно. Робкая артистическая подача, вялое и не решительное выступление

Оценочный лист № 1

определения первоначального уровня подготовленности к обучению в ходе опроса

№ пп	ФИО обучающегося	Критерии		Уровень подготовленности
		Уровень знаний, умений, навыков в вокальной деятельности	Уровень самостоятельной работы	

Репертуарный план

Для успешной работы вокальной студии «Эксклюзив» большое значение имеет правильно подобранный репертуар, от которого зависит заинтересованность всех участников, о подчас и само существование коллектива. Репертуар должен отвечать задачам музыкально-художественного воспитания солистов и ансамбля.

Основу репертуара эстрадной студии составляют произведения современных композиторов и исполнителей, разнообразных детских песен и произведений композиторов-песенников. Выбор репертуара осуществляется с учетом доступности, художественной выразительности. Репертуар составляется из отечественной и зарубежной эстрады; старинных, классических и джазовых произведений, аранжированных народных песен, оригинальных решений бек-вокала в композициях для сольного пения.

Учитывая, что на разных этапах обучения обычно существуют самые различные по уровню дети, отбирается доступный репертуар для всем обучающимся по вокально-техническому и исполнительскому уровню.

Частично репертуар зависит от дат, особых праздников и мероприятий и, конечно же, интереса самого ребёнка к изучению данной песни.

Примерный репертуар студии эстрадного вокала «Эксклюзив»

1-2 год обучения

1. «Ранняя весна», муз и сл. А. Ермолов
2. «Весенняя шуточная» народная песня.
3. «Белые кораблики», муз. В. Шаинского, сл. Л. Яхтин.
4. «Колыбельная медведицы», муз. А. Пахмутовой, сл. Н. Добронравова.
5. «Ты не бойся мама» муз. Протасов сл. Е. Шиловского
6. «Две лягушки» муз. Г. Конникова сл. Пляцковского.
7. «Гномики» муз. С. Соснин сл. В. Вхрушеве.
8. «Песенка моя» муз. Т. Шапира сл. А. Вихаревой.
9. «Горка из песка» муз. Б. Фрумкина сл. Л. Афлятунова.
10. «Мама» муз. В. Канищев сл. В. Серменин.
11. «Азбука» муз. А. Ермолаева сл. В. Кузенина.
12. «Кап- кап» муз. М. Протаева сл. Е. Шмакова
13. «Кукла» муз. В. Шаинского сл. Алиханова
14. «Апа» муз. Л. Деревягина сл. В. Вахрушева.
15. «Капризная принцесса» муз. М. Пархаладзе сл. М. Пляцковский.

2- 3 год обучения

1. «Тетя- бегемотя» муз и сл. Т. Охомуш
2. «Дети солнца» муз. Е. Крылатова сл. Ю. Энтина
3. « Самовар»
4. « Новый год» Муз. А. Ермолов. сл. А. Ермолов
5. 5. «Тип- топ» Муз и сл. Т. Охомуш
6. Сольные номера:
7. «Лимонадный дождик» муз. В. Кандратьева сл. В. Кашаева.
8. «Наши мамы самые красивые» муз. Ю. Чичкова. сл. М. Пляцковский.
9. «Фермер Джо» муз. А. Пинегин. сл. А. Волков.

10. «Морской капитан» муз. Протасов л. Семенцов.
11. «Принцесса» муз Е. Сокольской. сл. И. Волкова
12. «Дождь из хрусталя» муз. И Якушенко сл.И. Гальперина
13. «Гороскоп» муз.Л. Вихаревой сл. Т. Шапира
14. «Песнь о России» муз и сл. Т. Охомуш
15. «Моя Родина» муз. А. Варламов сл. А. Пилецкая.
16. «Третий лишний» муз. Л. Кудрявцева сл. Протасова сл.
17. «Клоуны» муз. Большаков сл. Елин
18. «Динь- дон» муз. В. Любимов сл.Н. Данилов
19. «Необитаемый остров» муз. Л. Вихаревой сл. Т. Шапира
20. «День Победы» муз. Т. Андоейченко. сл. А. Пилецкая.
21. «Пять февральских роз» муз. В. Цветкова сл. В. Ильичев.
22. «Снежный бал» муз. Л. Вихарева сл.Г. Стоянцева.
23. «Ямайка» муз. Л. Лоретти сл. Тартак
24. «Снегопад» муз. Е. Сокольская сл. И. Волкова
25. «Погоня» муз. В. Шаинского сл. Д. Фельцмана.
26. «Бедный ежик» муз. А. Ермолова сл. В. Осеевой
27. «Каникулы» муз. В.Канищев. л. Л. Афлятунова.

4 год обучения

Сольные номера

1. «Не плачь» муз. Д. Маликова сл. В. Баранова.
2. «Летний день» муз. А. Грозный сл. Т. Иванова.
3. «Вчера» муз. Таривердиева сл. В. Шахина.
4. «Зимний сон» муз. а. Шевченко сл В. Шахина
5. «Дорога» муз. Н. Осошник сл. Н. Осошник.
6. «Горькая сладость» муз. К. Брейбург сл. Е. Муравьева.
7. «Смешной мальчишка» муз. И. Логинов сл. Д. Шувалова.
8. «Зима» муз. и сл. из репертуара «Ранетки».
9. «Куда уходит детство» муз. А. Зацепина сл.Л.Дербенева.
10. «Находка» муз. Л. Ермолов сл. А. Бачковская.
11. «Музыка звучит» муз. И. Крутой сл. Р. Казакова
12. «Остановись» муз. С. Косторский сл. Б. Бородин.
13. «Летели недели» муз. И. Логинов, сл. М. Крылова.
14. «Все равно ты будешь мой» муз. А. Зацепина, сл. Дербенева.
15. «Люби меня» муз. Р. Джорфе, сл. В. Фостик

5-6 год обучения

1. «Ты на свете есть», муз. М. Минкова, сл. Л. Дербенева.
2. «Гитара», муз. Л. Кудрявцева, сл. М. Протасова.
3. «Дорогие мои старики», муз. И. Саруханова сл. С. Осиашвили.
4. «Беспечный ангел», муз. и сл. Группы «Ария»
5. «Музыка нас связала», муз. А. Лягина, сл. В. Соколов.
6. «Останусь», муз. М. Макаревича сл.О. Ткач.
7. «Нежность» муз. А. Пахмутовой сл.Добронравова
8. «Над Курганом», муз. А. Пахмутова, сл.В. Бокова
9. «Мама», муз. Е. Сокольской
10. «Осколок льда», муз. и сл. Группы «Ария».
11. «Я сегодня до зари встану», муз. М. Фрадкина, сл Р. Рождественского
12. «Самба белого мотылька», муз. В Меладзе, сл. В. Меладзе.
13. «Звездочка моя», муз. В. Семенова, сл. О. Фокина.

14. «Все равно», муз. А. Шевченко, сл.И. Крутой
15. «У беды глаза зеленые», муз. Е. Птичкина, сл. Т.Иванова.
16. «Ангел завтрашнего дня», муз . Г. Лепса, сл. Г. Лепса.
17. «Шанхайский блюз», муз. Маргулис, сл. Маргулис
18. «Прогулки на воде», муз. сл., Накиус Пампилиус
19. «Угонщица», муз. В. Чайка, сл. Л. Рубальской.
20. «Новый мальчишка», муз. В. Миляев
21. Besame mucho», муз.К. Веласкас., сл. Г. Регистана.
22. «Only you»

7-год обучения

1. «Не повторяется такое никогда», муз. Туликова сл.М. Пляцковского
2. «Руку дай», муз и сл. А. Грин
3. «Не отрекаются любя», муз. М. Минкова сл. В. Тучиновой.
4. «Березка», перелож . В.Соколова . сл. Безымянской
5. «Мама-мия», из репертуара группы «АВВА»
6. «Цвет моей любви», муз. К. Брейбург, сл. И. Степанова.
7. «Не твоя игрушка», муз. К. Брейбург, сл. И. Степанова
8. «Опять метель», муз. К. Меладзе, сл.К. Меладзе.

Сольные номера:

1. «Голос мой», муз. Н. Шершень, сл. Л. Иванов
2. «Моя любовь», муз. Л. Вихаревой, сл.Г. Стоянова
3. «Белый корабль», муз. Лавкрафт Говард сл.Л. Долиной
4. «Вечная любовь», муз. Д. Майданова, сл. Д. Майданова.
5. «Хорошее настроение», муз. Е. Крылатова, сл. А. Лепина.
6. «Новогодние игрушки», муз. А. Хоралов, сл. А. Дементьев
7. «Пока часы 12 бьют», муз. Е. Крылатова, сл.Л. Дербенева.
8. «Три белых коня», муз. Е. Крылатова, сл. Л. Дербенева.
9. «Звенит январская вьюга», муз. А. Зацепина, сл.Л. Дербенева
10. «Я жду тебя», муз. сл. С. Чернышова
11. «Кому, зачем», муз и сл. С. Бобунец
12. «Крылья ангела», муз. и сл. Е. Максимова
13. «Спроси свое сердце», муз. Ф. Киркорова сл. К. Кавалеряна
14. «Адажио», муз. Д. Альбиниони.
15. «На солнечной поляночке» муз. В. Соловьева-Седого, сл. Р.Рождественского
16. «Живи страна», муз. И. Матета, сл.Л. Дербенева.
17. «19 лет», муз. и сл. А. Глызина
18. «Россия», муз С. Полиашвили сл.С. Полиашвили
19. «Салют, Вера!», муз. К. Миладзе сл. К. Миладзе
20. «Зачем придумали любовь», муз. С. Лазарева, сл. Л. Успенской.
21. «Пожалуйста, небо»
22. «Мама», муз и сл. Трафима
23. «Nallo»

Упражнения для развития певческого дыхания

1. Положите руки ладонями на ребра (на бока, пальцами к центру груди) и глубоко вдохните. Не поднимайте плечи. Ваши руки ощутят как расходятся ребра под напором входящего в грудь (в легкие) воздуха. Это означает, что вы взяли приличный объем воздуха. Сбросьте дыхание, выдохните.

2. Сначала проведите языком около корней верхних передних зубов. От зубов назад идет твердое небо. Ощутите эту зону: корни передних резцов, твердое небо. А теперь на вдохе (контролируем руками ребра) ощущаем объем входящего воздуха, а на выдохе считаем четким, громким голосом (1, 2, 3, 4...), стараясь при этом почувствовать ту зону у корней резцов, которую трогали языком. Такая речь на контролируемом выдохе (и вдохе) и называется поставленной.

3. Очень глубоко резко и быстро возьмите дыхание через нос (в нижние ребра). Следите, чтобы при этом не поднимались плечи. Резко, активно выдохните через рот. Чем замечательно это упражнение? Оно очень активизирует дыхательный аппарат. Вы дышите очень активно, сознательно контролируемо.

4. Активно (через рот) берете дыхание, а на выдохе говорите слог да-да-да... Говорите, «ощущая» корни передних зубов, «щелочку» между двумя передними зубами, через которую «идет ниточка звука». Язык дробно ударяет по твердому небу около корней верхних резцов. Нижняя челюсть свободна, но «не падает». Подключите воображение: ваше твердое небо, по которому ударяет язык, очень высокое, как купол храма, поэтому звук «А» получается объемный, красивый, как голос человека, говорящего в храме. Следите чтобы дыхание было плавное, без толчков. Следующие упражнения я рекомендую выполнять в позе сидя, как показано на рисунке 1.



Рис. 1

5. Удобно сесть, наклонившись вперед, положить одну руку на ребра, другую на живот. Взять глубокое дыхание. На выдохе считать: 1, 2, 3, 4... Счет свободный, неторопливый, гласные протяжные. Считать плавно, ритмично. Звук круглый, красивый. Главное в этом упражнении - дыхание:

полный вдох и плавный длительный выдох.

6. Немного усложняем упражнение. Все так же, как в упр. №5. Положение сидя, контроль вдоха и выдоха, круглый, протяжный звук счета. Счет вести двузначными цифрами: 21, 22, 23... Главное не продолжительность счета, а качество вдоха и плавность выдоха.

7. Вдох глубокий ртом. На выдохе, на удобной tessiture протянуть звук «М». Губы слегка сомкнуты, не сжаты. Руки следят за дыханием. Звук должен отозваться в груди, в голове, «заполнить вас» своим объемом. Горло широкое, соединяет два резонатора: голову и грудь. Звук протяжный. Затем замените звук «М» на «Н», «В», «З». Требования и условия такие же, как на звуке «М».

Упражнения для развития дикции и артикуляции

1. Попробуйте активизировать губы: пошлепать ими, собрать их в трубочку, поднять верхнюю губу, открыть верхние зубы. Откройте рот. Попробуйте зевнуть,

почувствовать мягкое небо, ведь от верхних зубов идет твердое небо, а затем мягкое, подвижное небо и маленький язычок.

2. Для активизации языка. Пошевелите языком из стороны в сторону, вперед, назад, вправо, влево, круговые обороты в обе стороны, «винтиком», «трубочкой». Высуньте кончик языка и быстро-быстро перемещайте его из угла в угол рта.

3. Почувствуйте кончик языка, он активный и твердый, как молоточек. Побейте кончиком языка по зубам изнутри, как будто (беззвучно) говорите: да-да-да-да. Хорошо в этот момент представить себе «высокое небо» и объемный рот. Энергично произнесите: Т-Д, Т-Д, Т-Д.

4. «Внутренним взглядом» осмотрите полость рта, естественное положение языка, который спокойно лежит в нижней челюсти, его кончик касается внутренней поверхности нижних зубов у самого их корня. Наверху - «высокое небо». Корень языка спокоен, опущен, поэтому гортань спокойная, свободная.

5. Чтобы освободить язык и гортань выполните такое задание: быстрый, короткий и глубокий вдох носом, затем полностью выдохнуть через рот. Выдох резкий, как «выброс» воздуха со звуком «ФУ». А чтобы укрепить мышцы гортани, энергично произнесите: К-Г, К-Г, К-Г.

6. Чтобы активизировать мышцы губ, надуйте щеки, сбросьте воздух резким «хлопком» через сжатые губы. Энергично произнесите: П-Б, П-Б, П-Б.

7. Это упражнение для освобождения нижней челюсти. Просто откройте рот, подвигайте челюстью в стороны, почувствуйте свободу этого движения. Делайте его перед зеркалом, пока не почувствуете легкую усталость.

8. Челюсти не должны быть зажаты. Постучите мелко, мелко передними зубами, как в ознобе. Чтобы случайно не возникли новые зажатия, пока вы старательно выполняете эти разные действия, контролируйте себя с помощью зеркала.

9. Возьмите любое стихотворение или отрывок в прозе, которые вы знаете наизусть. Прочитайте его для себя перед зеркалом. Проследите за своим лицом, ртом, глазами во время чтения. Послушайте звучание своего голоса. Критерий оценки - эстетическое восприятие, естественность, гармония во всех проявлениях, комфортность физического и психологического состояния.

10. Стихотворение или прозу читайте, утрированно произнося текст. Это хорошая гимнастика для аппарата. Утрированность снимается - активность остается. Утрированное произношение в классе прозвучит четко, ярко, однако утрированное произношение не должно приводить к зажатию челюстей, гортани, языка, губ.

11. Очень хороши для тренировки скороговорки. Читать скороговорки необходимо сначала медленно, постепенно ускоряя, по мере успешного совершенствования. Следить за ритмичностью произношения. Не забывать темп, дикцию.

1. На дворе трава, на траве дрова.

2. Не руби дрова на траве двора.

3. Шит колпак не по колпаковски,

4. Надо его переколпаковать.

5. Курочка пестрохвосточка выпестрохвостила пестрохвостят.

6. Шла Саша по шоссе и сосала сушку.

7. Ехал грек через реку, видит грек в реке рак.

8. Сунул грек руку в реку, рак за руку грека цап.

9. Верзила Вавила весело ворочал вилы.

Упражнения на распевание

Западно-европейская школа

Voice

Рр...(Лё-лэ-лэ... лё. Ррр.. Лё-лэ-лэ лё-лэ-лэ - лё.

7
ррр (Лё...) Ррр..(Лё...) Лё-лэ-лэ-лэ-лэ-лэ

13
лэ. Би-бо-бу, би-бо-бу, би-бо-бу. Би-бо, би-бо.... бу. ди-лади-лади-лади-ла,

19
ди. Ди-ла, ди-ла, ди-ла, ди-ла, ди-ла, ди-ла, ди-ла, ди-ла, ди.

25
Ррр..(Лё...) Ррр (лэ)

31
Ррр...(Лё) Ррр... (Лэ) Ррр ...

37
Би-бо-бу... Би-бо, би-бо..... бу. Ди-ла,ди-ла...

43
ди. Ди-ла,ди-ла,.... ди.

Упражнения на дыхание

1. вдох – выдох на «с», живот втягиваем;
2. вдох – три толчка на выдохе;
3. вдох – один толчок на выдохе;
4. вдох – длинный выдох на «с» и резкий толчок;
5. носовое дыхание: одной ноздрей вдыхаем, второй выдыхаем;
6. вдох носом – массаж от кончика носа к переносице, выдох – «ввинчиваем» ноздри;
7. вдох – массаж, выдох – постукиваем крылья носа;
8. вдох ртом, выдох – носом и наоборот;
9. вдох – носом, выдох через ноздрю, потом вторую.

Упражнения для работы с мутационными детьми.

Гортань опустить, кадык оттянуть вниз, голову слегка вниз и выполнять упражнения, стуча себя в грудь.

- Бу-бу-бу, ду-ду-ду, бо-бо-бо, до-до-до, жу-жу-жу, жжж...
- Буду- буду, бом, бом, би-би-ба, ди-ди-да
- Жужжит под жимолостью жук

Упражнения для активизации мягкого нёба

1. «Не красна изба углами, а красна пирогами»;
2. массаж кончиком языка от зубов вверх;
3. рот закрыт, беззвучно произносим гласные «а-э-о»;
4. мысленно сказать звук «п»;
5. на зевке подержать в течении минуты;
6. нос закрываем, говорим: ма, мо, му, мы, мэ, мам, мом, мум, мым, мэм, мамам, момом, мумум, мымым; «мама, мёду намм»;
7. «бум-г-г, бум-г-г»;
8. подбородок опустить вниз, чередовать звуки «г», «к», голову поднять вверх - «а-э-о»;
9. «гм, гн, зм, зн», при поворотах головы;
10. «ги-ги-ги-к-к, го-го-го-к-к, га-га-га-к-к»;
11. расслабление нижней челюсти: «да-да-да-да»;
12. «Ха-ха, хо-хо», «А-ха-ха-ха», «О-хо-хо-хо»

Упражнения для резонаторов

(Узелки, гипертонусные, гипотонусные)

На придыхательной атаке: «Хо-хо-хо», «Ха-ха-ха»

На мягкой атаке:

1. Тянем закрытым ртом звук «м»;
2. Закрытым ртом «м» и постукиваем по ноздрям;
3. Тянем «м» с наклоном головы вниз;
4. Закрытым ртом тянем звук «м» лицом в угол стены;
5. «гавайская гитара» - мычим, пощипывая нос
6. «Ням, ням, ням», «Нём, нём, нём»
7. «мо-мом», «ма-мам»

Бам	Дам	Зам	Жам	Вам
Бом	Дом	Зом	Жом	Вом
Бум	Дум	Зум	Жум	Вум
Бым	Дым	Зым	Жым	Вым

Бэм	Дэм	Зэм	Жэм	Вэн
-----	-----	-----	-----	-----

«Бом-бом», «бим-бом», «динь-дон», «ди-ли-дон»

«Ня-нянь», «Нё-нёнь», «А-яй», «А-я-яй», «У-юй», «Мам, мам, мёду нам, мам, мам, молока бы нам»

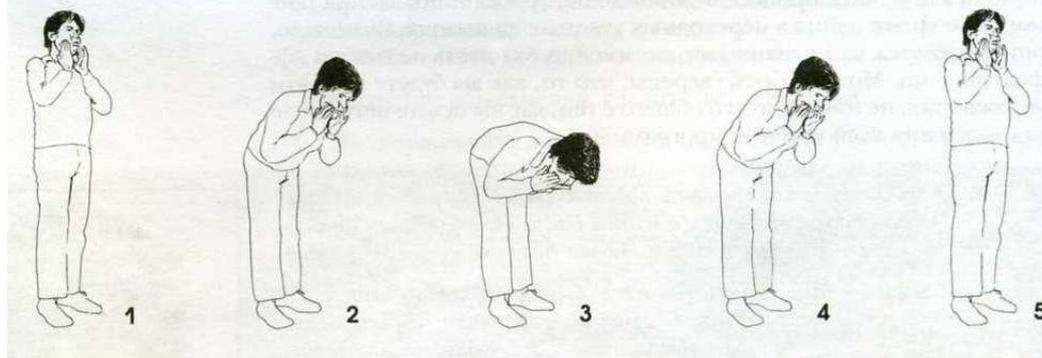
«Даже маленьким сынишкам нужно жить своим умишком»

Упражнения на твёрдой атаке.

Бак	Брак	Жак	Зак	Дак	Драк
Бок	Брок	Жок	Зок	Док	Дрок
Бук	Брук	Жук	Зук	Дук	Друк
Бык	Брык	Жык	Зык	Дык	Дрык
Бэк	Брэк	Жэк	Зэк	Дэк	Дрэк

Рекомендации к Упражнениям 1-4

Если вы будете использовать слишком много воздуха или беспокоиться о приближении высоких нот в Упражнениях 1-4, ваши внешние мышцы начнут активизироваться, что будет препятствовать движению губ и языка. Когда это происходит, наклоняйтесь вперед по мере приближения к высоким нотам проблемного упражнения, а пропев их, вернитесь в прежнее положение. Тревога о пении высоких нот будет уменьшена, поскольку приближающийся пол заставит думать о том, что вы движетесь «вниз», а не «вверх». Вы можете использовать этот прием всегда, когда почувствуете себя «зажатым» или «тянущимся» за высокими нотами.



Упражнение 1

Инструкции (прослушайте CD)

Расположите кончики пальцев на щеках так, чтобы они поддерживали лежащую вокруг губ кожу. Почувствуйте под кожей, где ваши зубы соединяются. Растяните свою кожу до этого места. Мышцы оста-

ются расслабленными, и вы не чувствуете, что нужно использовать много воздуха, приводя их в движение.

Затем, используя звук «у» (*прослушайте CD*), позвольте вашим губам вибрировать свободно и как можно более равномерно во время всего упражнения.

Пусть всю работу делает воздух. Расслабьте губы и все остальные мышцы лица и горла. Чем более медленную скорость вибрации губ вы сможете контролировать, тем лучше.

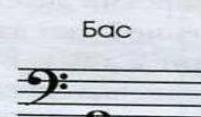
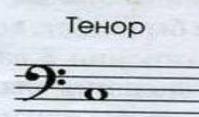
Первое время не слишком заботьтесь о правильной высоте звука. Самое главное здесь, чтобы губы оставались свободными, а звук — ровным и наполненным.

Попробуйте выполнить все упражнения без неожиданного «перелома» к фальцетному звучанию (*прослушайте CD*). В Упражнении 1, как и во всех других упражнениях, вы должны привыкнуть к *перемещению ощущения резонанса*. В нижней части вашего диапазона кажется, что голос идет прямо изо рта, в то время как при пении выше, головным голосом, кажется, что голос идет все дальше и дальше из-за мягкого нёба. Вы ощущаете то, как идущие от связок звуковые волны активизируют эти резонансные полости.

(Вибрация губами)



Примерные начальные ноты:



Упражнение 2

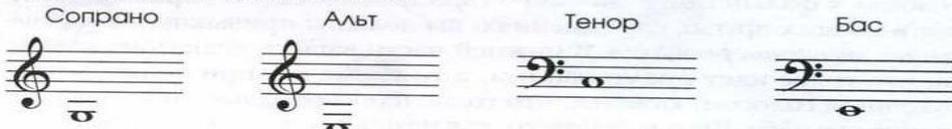
Инструкции (прослушайте CD)

При извлечении звука (такого же, как в Упражнении 1) позвольте вашему языку слегка колебаться. Ноты здесь те же (*прослушайте CD*). Помните, что самое главное — это сохранять связанный (ровный, соединенный) звук при переходе к головному голосу.

(Трель языком)



Примерные начальные ноты:



Упражнение 3

Инструкции (прослушайте CD)

Указания для Упражнения 3 совпадают с указаниями к Упражнению 1 — только здесь увеличены интервалы между нотами и более широкий участок диапазона вы будете проходить быстрее. Упражнение 1 дает вам как бы разбег, ведь ноты в нем расположены близко друг к другу. В Упражнении 3 вам придется еще больше следить за невмешательством внешних мышц. Ваши связки должны быть достаточно свободны, чтобы справиться с более широкими скачками.

Иногда помогает следующий подход: когда вы переходите к более высокой ноте, полезно представить, что вы собираетесь спеть ноту *той же высоты* или *более низкую*, чем предыдущая. Это поможет вам избежать «вытягивания» нот.

(Вибрация губами)



Упражнение 4

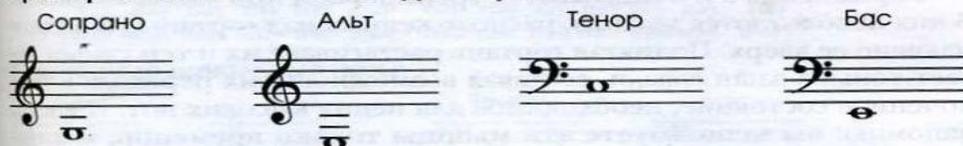
Инструкции (прослушайте CD)

Указания для выполнения Упражнения 4 такие же, как для Упражнения 2. Отличие состоит только в других нотах и ритмике.

(Трель языком)



Примерные начальные ноты для Упражнений 3 и 4:



Рекомендации к Упражнениям 5 и 6

Если вы уже можете исполнить мелодии, предложенные в предыдущих упражнениях, используя губную и языковую трели при небольшом усилии, это значит, что вы не зажимаете свою гортань внешними мышцами (очень трудно делать эти упражнения, когда мышцы, контролируемые губы и язык, пытаются также контролировать вашу гортань для извлечения звука требуемой высоты). Это также свидетельствует о том, что ваши связки утончаются и их вибрирующий участок «укорачивается» при пении высоких звуков. Кроме того, данный результат означает, что вы используете именно то количество воздуха, которое необходимо для поддержания этой вибрации.

Пассажи губами и трель языком, однако, зависят от закрытости губ и языка, чтобы противодействовать излишнему давлению воздуха, которое вы можете использовать. Поэтому пока мы не можем сказать, что координация между мышцами и давлением воздуха происходит исключительно на уровне связок. Развитие координации, которая позволит вашим связкам утончаться и укорачиваться в речевой позиции (при помощи только мышц гортани), требует времени. К сожалению, мотивация может закончиться раньше, чем вы достигнете желаемой координации.

Поэтому, прежде чем двигаться дальше, очень важно *почувствовать* утончение и укорочение именно на уровне связок — даже если при этом придется задействовать некоторые нежелательные внешние мышцы! Мы займемся этим вопросом в Упражнениях с 5 по 11. *Вы должны моментально отказаться от этих упражнений, после того как добьетесь поставленной в них цели!*

Упражнения 5 и 6 называются тренировкой при *высокой гортани*. В них используются мышцы, расположенные над гортанью и поднимающие ее вверх. Поднятая гортань растягивает их и тем самым делает тоньше ваши связки, создавая возможность их перехода в укороченное состояние, необходимое для пения высоких нот. И вновь напомним: **вы используете эти мышцы только временно, исключительно для ознакомления с интересующими нас ощущениями.** Вам не следует использовать этот прием при пении. Это еще не конечный результат извлечения звука в речевой позиции.

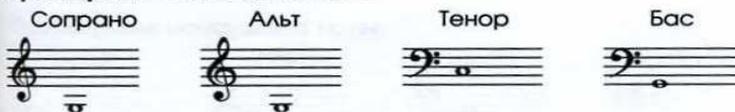
Останавливая и вновь издавая звук, вы постоянно восстанавливаете его в речевой позиции и таким образом сохраняете эту позицию во время выполнения всего упражнения.

Как только вы сможете поддерживать связанность на протяжении всего Упражнения 15, переходите к Упражнению 16. Теперь было бы неплохо начать контролировать любую активность речевых мускулов путем наблюдения за ощущениями в мышцах, расположенных под вашей челюстью. Эти мышцы должны всегда оставаться мягкими (расслабленными), не напрягаться ни при каких обстоятельствах. Если эти мышцы напряглись, опять послушайте CD, чтоб понять, правильно ли вы следуете всем указаниям.



mm [мм]

Примерные начальные ноты:



Упражнение 5

Инструкции (прослушайте CD)

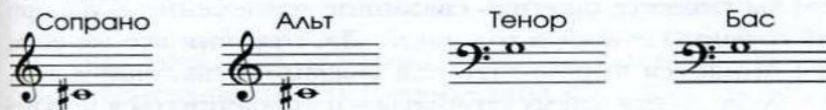
Не следует зажимать звук «нэй, нэй» в носу. Он будет и так достаточно «гнусавым» благодаря утрированию звука «н».

Также следите за тем, чтобы не «вытягивать» в грудном голосе.



Музыкальная запись упражнения 5. Пять нотных стемов (Сопрано, Альт, Тенор, Бас, Бас) с нотами и слоговыми пометками. Над нотами: пау пау пау пау пау пау пау пау пау пау. Под нотами: [нэй нэй нэй нэй нэй нэй нэй нэй нэй нэй].

Примерные начальные ноты :



Примерные начальные ноты для упражнения 5. Четыре нотных стема: Сопрано (нота на первой линии), Альт (нота на первой линии), Тенор (нота на первой линии), Бас (нота на первой линии).

Упражнение 6

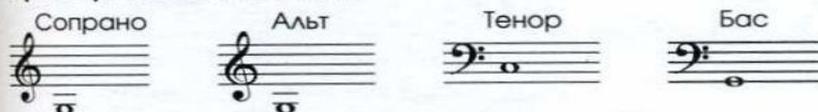
Инструкции (прослушайте CD)

Инструкции к Упражнению 6 аналогичны инструкциям к Упражнению 5 — отличие только в нотах и ритме.



Музыкальная запись упражнения 6. Пять нотных стемов (Сопрано, Альт, Тенор, Бас, Бас) с нотами и слоговыми пометками. Над нотами: пау пау. Под нотами: [нэй нэй нэй].

Примерные начальные ноты:



Примерные начальные ноты для упражнения 6. Четыре нотных стема: Сопрано (нота на первой линии), Альт (нота на первой линии), Тенор (нота на первой линии), Бас (нота на первой линии).

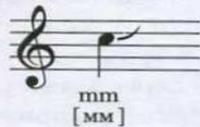
Упражнение 14

Инструкции (прослушайте CD)

Первый раз в этой учебной программе вы будете делать упражнение, которое даст ощущение того, откуда появляется звук при речевом пении.

Начните грудным голосом немного ниже вашей зоны перехода (от грудного голоса к головному), издайте звук (с замкнутыми губами), напоминающий скрипучую дверь, и перейдите к головному голосу (*прослушайте CD*).

Будьте аккуратны, чтобы не сбиться на фальцет; необходимо сохранить связанность (*прослушайте CD*).



Упражнение 15

Инструкции (прослушайте CD)

Используя тот же самый скрипучий (или «острый») звук из Упражнения 14, начните петь гамму снизу вверх.

На этот раз добавьте звуку немного «хныканья» или «плаксивости», что поможет сохранить связки соединенными, но не перестарайтесь. Вы не должны слишком сжимать воздух, поэтому используйте столько воздуха, сколько необходимо для связанного звука при пении в высоком регистре (*прослушайте CD*). В этом случае больше не значит лучше.

Методика постановки и развития диапазона певческого голоса

Вокальное и психологическое здоровье певца и влияние эмоционального состояния исполнителя на исполнительское мастерство.

В результате многолетней работы, личного исполнительского и педагогического опыта, был разработан метод обучения пению, основанный на синтезе физических и психологических данных певца.

Небольшое вступление перед выступлением.

Человеческий организм представляет собой совершенное творение Божие, ибо человек создан по образу и подобию своего создателя.

Все прекрасно помнят, с чего начинается Библейское писание.

«В начале было слово, и слово было у Бога, и слово было Бог»...

Бог даровал человеку способность творить «слово» и созидать. Всевышний позаботился о гармоничном строении тела человека. Жизнь человеческая довольно хрупка и коротка, но возможности, данные человеку свыше, позволяют ему добиться успехов не только в физическом развитии (тело человеческое бrenно, об этом нельзя забывать), но и в духовном.

Голосовые органы человека – самый сложный и нежный музыкальный инструмент во вселенной, созданный самим Богом, и люди, одарённые музыкальным слухом и вокальными способностями, должны понимать истинное предназначение своего дарования.

Человек вступающий на путь вокального искусства всю жизнь несёт ответственность за свой поступок, так как он становится глашатаем, певцом – пробуждающим чувства, эмоции, мысли и душу. Только будучи богатым и здоровым духовно можно стать истинным певцом, что бы нести свет и любовь своим слушателям.

Более того, певец, обладая такими качествами, способен даже исцелять и вселять веру и надежду в сердца людей.

Однако, в современном мире сохранить духовное и душевное равновесие подчас бывает не совсем просто. Жизнь человеческая полна испытаний и стрессов, с которыми справляются далеко не все. Даже оставаясь внешне вполне успешным и спокойным, человек может ощущать некий дискомфорт, недовольство собой, депрессию. Он не желает признаться самому себе в своей слабости, и накопившееся когда-либо напряжение или страх запрятывает настолько глубоко, в недра подсознания, что, словно, забывает о них.

Или, переживая трудности, следующие одна за другой неудачи, болезни, люди зачастую обвиняют в этом общество, семейные обстоятельства, ссылаются на свои наследственные факторы и так далее. Со временем, груз этих проблем может стать невыносимым, если человек вовремя не решит узнать, почему всё это происходит именно с ним, и в чём истинная причина его проблемы.

Со временем, заболевая физически, человек недоумевает. Откуда могла появиться болезнь? Я веду правильный образ жизни, я не грешу, стараюсь помогать людям, работаю на любимой работе. За что мне всё это? Почему?

Но готовы ли мы к тому, что бы узнать истинную причину? Готовы ли мы взять на себя ответственность за свою жизнь? Готовы ли мы взглянуть своим страхам в лицо, и перестать бояться?

Ведь намного проще и спокойнее оставить всё по-прежнему, и жалеть себя, и принимать жалость от близких.

Весьма сложно отказаться от привычного уклада, когда рамки, в которые человек поставил себя, словно срослись с его телом, стали неотъемлемой второй оболочкой.

Однако, человек, готовящий себя к общению с публикой, (певец, артист, педагог, и т.п.), имеет прекрасную возможность избавиться от скорлупы, или кокона, в который он был заключён самим же собой и выйти к публике, будучи открытым и уверенным в своей силе и правоте.

Итак, что же является главными составляющими вокального мастерства?

Дыхание

Эмоциональное состояние

Физическое здоровье голосового аппарата

И конечно Дар Божий.

Что касается последней, и несомненно самой главной составляющей, могу добавить, что при непрерывном труде и желании совершенствования своих возможностей, может произойти чудо раскрытия новых, великолепных возможностей. Озарение, дарованное свыше, будет лучшей наградой за работу над собой и веру в свои силы.

Дыхание, эмоциональное состояние и физическое здоровье неразрывно связаны между собой.

Дыхание и пение

Дыхание - это жизнь. Рождаясь в этом мире, человек делает первый вдох, и вслед за первым вдохом издаёт свой первый звук - крик новорожденного. Это самый искренний, самый правильный и чистый звук в мире.

Как мы знаем, дыхание доставляет тканям кислород для поддержания метаболизма, но когда дыхание прекращается более, чем на несколько минут, наступает смерть. Поэтому, дыхание не просто механический процесс, а загадочный аспект глубокого расширения и сжатия, который подобен пульсации сердца.

Если обратиться к научным исследованиям в области астрономии и физики, можно найти объяснения тому, как происходит расширение и сжатие вселенной. Вселенная дышит, но мы можем почувствовать это только на своём опыте дыхания и жизни.

Многие восточные религии и философские течения практикуют дыхательные упражнения для достижения определённых целей. В философии Индуизма, например, важным элементом, без которого не возможна жизнь, является так называемая «прана». «Пранаяма»- дыхательная гимнастика, способствующая духовному совершенствованию и телесному здоровью.

В древней китайской философии и религии есть термин «ци», или энергия «ци». Основной принцип дыхательных упражнений «ци» - вдохнуть хорошую «ци» и выдохнуть плохую «ци», учиться дышать медленно и спокойно, так как медленное дыхание - долгая жизнь.

Регулируя дыхание, человек имеет возможность регулировать свои внутренние процессы, и как следствие этого - своё физическое и душевное состояние.

Существует множество дыхательных практик и упражнений, направляющих человека к здоровью и пониманию своего организма. Однако, цели, каждой дыхательной гимнастики направлены на достижение различных результатов, а иногда методы достижения положительных эффектов в разных методиках выглядят абсолютно противоположными и противоречащими друг другу, как, например, при сравнении метода Бутейко и дыхательной терапии психотерапевта Вильгельма Райха.

Метод Бутейко направлен на оздоровление внутренних органов, и основой метода считается регулировка CO₂ при дыхании.

Дефицит CO₂ при глубоком дыхании является причиной спазмов бронхов и сосудов, и, в следствии этого, причиной многих болезней, в частности, бронхиальной астмы и гипертонии. В связи с этим метод Бутейко предлагает метод ВЛГД (волевой ликвидации глубокого дыхания) – метод ограничения объёма общей вентиляции лёгких. Посредством выполнения специальных упражнений, можно научиться сдерживать дыхание, сделать его незаметным и тихим.

Напротив же, Райх, в своей дыхательной методике отталкивается именно от практики глубокого дыхания, с тем что бы научиться высвобождать приобретённые зажимы и подавленные чувства, что в дальнейшем приведёт к освобождению эмоциональному и спокойствию душевному.

При сопоставлении этих двух методик может показаться, на первый взгляд, полное несовпадение взглядов выдающихся учёных на правильное дыхание. Однако, при

детальном рассмотрении и практике и того и другого метода, напрашивается несомненный вывод: существуют разные пути к истине, и каждый путь индивидуален для каждого характера в отдельности. Научиться дышать так, что бы почувствовать себя лучше, что бы избавиться от психологических проблем и болезней возможно и даже необходимо, но самое главное – вера и осознание своей силы и свободы.

А.Лоуэн в книге «Психология тела», рассказывая о методике Вильгельма Райха, пишет:

«Основным усовершенствованием техники, возникшим из наблюдений и размышлений, ..., было использование дыхания в лечебном процессе. Анализ на соматическом уровне выявил, что пациенты задерживают дыхание и втягивают живот, дабы подавить страх и другие чувства. Выяснилось, что такое поведение свойственно практически всем. Как детям, так и взрослым. В ситуациях, вызывающих испуг и боль, человек затаивает дыхание, напрягает диафрагму и брюшные мышцы. Уходит напряжение - он выдыхает. Если такая схема приобретает хронический характер, то грудь поднимается и остаётся в положении на вдохе, дыхание делается поверхностным, живот твёрдым. Сокращение дыхания уменьшает количество поступающего в организм кислорода и соответственно, вырабатываемой через метаболизм энергии. Результатом является снижение эмоционального тонуса и утрата стремлений.»

Райх выявил связь мышечного напряжения с эмоциональной блокировкой, что явилось великим открытием в психологии.

Приступая к практике вокала, несомненно, сталкиваешься с воздействием эмоционального состояния на исполнительское мастерство. Прежде всего, это проблемы связанные с недостаточно свободным дыханием, с напряжением, зажатостью.

В своей психологической практике Райх добивался успеха в лечении пациентов психопатического или невротического характера, применяя практику свободного и глубокого дыхания.

Пожалуй, что многим начинающим исполнителям, учитывая ритм современной жизни и стрессогенность городского пространства, просто необходимо начинать своё обучение именно с практики глубокого спокойного дыхания, освобождения от подавленных эмоций и релаксации. Лишь после того, как только человек, обучающийся вокальному мастерству, почувствует мышечную свободу и научится дышать глубоко и спокойно, ему можно будет приступать к следующим дыхательным методикам и занятиям вокалом.

Александр Лоуэн в книге «Психология тела» пишет: «Глубоко дышать- означает глубоко чувствовать Сдерживая глубокое дыхание, мы тормозим некоторые чувства, связанные с животом. Одним из этих чувств является грусть, так как живот принимает участие в глубоком плаче Дети рано понимают, что посредством втягивания и напряжения живота можно избежать проявления болезненных чувств грусти и печали». « При других заболеваниях дыхания грудная клетка движется мало, дыхание главным образом диафрагмальное, с некоторым расширением брюшной полости. В этом случае грудная клетка слишком раздута, временами настолько, что напоминает на вид бочку. Такой внешний вид может показаться мужественным, но приводит к эмфиземе. Постоянное, слишком сильное наполнение воздухом грудной клетки растягивает и надрывает нежную ткань лёгких, в результате чего кислорода в кровь поступает недостаточно, несмотря на болезненные усилия вдохнуть побольше воздуха. Даже если такое состояние имеет менее выраженную форму, это создаёт опасность для здоровья, так как неподвижность грудной клетки является большой нагрузкой для сердца».

Основными задачами правильного певческого дыхания являются: экономное расходование дыхания (т.е. воздуха набранного при вдохе), создание необходимого для нормальной работы голосовых складок давления в подскладочном пространстве (см. устройство голосового аппарата), плавный выдох .

А.Г.Менабени в своей « Методике обучения сольному пению» пишет:

«В вокально-педагогической практике наиболее удобным считается нижнерёберно - диафрагматическое дыхание, т.е. смешанное дыхание, при котором поднимаются и расширяются при вдохе нижние рёбра, а остальная часть грудной клетки почти неподвижна, активна диафрагма и мышцы брюшной полости. Хорошо ощущаются движения передней стенки живота. Певческий вдох берётся бесшумно, достаточно глубоко, с ощущением полувзвеса. При вдохе не следует стараться набирать большое количество воздуха, так как тогда затрудняется подача звука и сам процесс голосообразования.... Певческий вдох и выдох разделяются мгновенной паузой – остановкой дыхания, после чего начинается выдох.....»

Кандидат медицинских наук З.И.Аникеева и солист Молдавского государственного театра оперы и балета и заслуженный артист МССР Ф.М. Аникеев в своей книге «Как развить певческий голос» предлагают упражнения, направленные на развитие певческого дыхания и артикуляционного аппарата вокалиста. Там же приведены примеры упражнения улучшающие психическое состояние певца и снимающие мышечное напряжение.

«Большое значение для певцов имеет овладение техникой замедленного выдоха» - утверждают авторы.

Такие известные педагоги как А.М. Додонов, И.П.Пряшников, О.Л.Лобанова, П.Органов тоже рекомендовали певцам заниматься специальной дыхательной гимнастикой для овладения замедленным выдохом. Специальная тренировка очень важна для развития и закрепления певческого дыхания: она помогает певцу значительно быстрее научиться не производить шумного вдоха, не вдыхать чрезмерное количество воздуха, небольшим количеством выдыхаемого воздуха получать большой звуковой эффект.

«К.С.Станиславский писал на эту тему: «Вы не можете себе представить, каким злом для творческого процесса является мышечная судорога и телесные зажимы. Когда они создаются в голосовом органе, люди с прекрасным от рождения звуком начинают хрипеть, сипеть. Когда зажим утверждается в ногах, актёр ходит точно паралитик, когда зажим в руках – руки коченеют, превращаются в палки и поднимаются точно шлагбаум. Зажим может появиться и в диафрагме и в других мышцах, участвующих в процессе дыхания, нарушить правильность этого процесса и вызвать одышку».

«На наш взгляд, лучших результатов в воспитании навыков произвольного расслабления мышц можно достичь, используя методы саморегуляции, или аутогенной тренировки, или приёмы самовнушения» З.И Аникеева и Ф.М. Аникеев.

Винченцо Манфредини – преподаватель придворной певческой капеллы в 30- е годы 18 века, принадлежал к старой итальянской школе, где на первом месте стояла вокальная техника. Но в своей работе, посвящённой певчим придворной капеллы, Манфредини уделяет основное внимание постановке голоса.

Он связывает дыхание певца с характером исполняемого произведения. Он не объясняет, как нужно брать дыхание, но рекомендует набирать его так, «Что бы того никто не мог заметить». Он обращает внимание на свободное положение корпуса и головы, на умение правильно открывать рот.

Энрико Карузо был последователем метода итальянских мастеров бельканто. Сальфаторе Фучито и Барнет Дж. Бейер, рассказывая о вокальной методике Карузо пишут: «Он вдыхал, задерживал и затем расходовал своё дыхание совершенно таким же образом, как делали это мастера,- другими словами, он употреблял диафрагматическое, межрёберное дыхание. « Я совершаю процесс дыхания совершенно так же, как это делаете вы, только двумя движениями, а именно вдохом и выдохом, то есть всасыванием и выпуском воздуха». - Говорил Карузо, после чего придавал своему телу положение, лишённое всякого напряжения, и выставлял одну ногу вперёд, будто для того, что бы шагнуть. Важно подчеркнуть, что он держал своё тело совершенно свободно, без малейшего напряжения. Затем он сокращал едва заметно мускулы живота и вдыхал спокойно, не торопясь. Второе движение – выдох. Здесь Карузо показывал определённые голосовые упражнения.

Певец пел это упражнение во время выдоха. При этом он выпускал поглощённый воздух в том количестве, которого требовала чёткая передача этого упражнения, без малейшего напряжения и по возможности медленно. В связи с огромной дыхательной силой Карузо следует подчеркнуть ещё один фактор большой важности - волевой фактор. Карузо мог медленно и постепенно так глубоко вдыхать и растягивать выдох на огромный промежуток времени не только потому, что физиологический процесс выдоха продолжался дольше, чем процесс вдоха, но и потому, что он достиг возможности одновременно присоединять к физиологическому акту контроль сознательного управления дыханием»...

Как видно из вышесказанного, и оздоровительный метод Бутейко, и предлагаемая дыхательная практика В. Райха, и разные вокальные школы известных мастеров не исключают друг друга, а напротив, взаимно дополняют.

Хорошо ощутить движения передней стенки живота возможно лишь при умении расслаблять и напрягать эти мышцы. Если же, мышцы живота находятся в привычном спастическом состоянии, т. е. живот твёрдый и малоподвижный, добиться положительных результатов возможно лишь при практике именно глубокого дыхания, задействуя брюшные мышцы и диафрагму. Необходимо высвободить подавленные эмоции, дать выход спрятанным чувствам, освободить себя от привычного, но столь неудобного зажима.

Затем, когда снято напряжение и человек почувствовал мышечную свободу и душевное спокойствие, можно аккуратно приступать к изучению и практике вокального дыхания и звукообразования. Экономное расходование воздуха при выдохе так же требует внутреннего спокойствия и физической работы. При этом мышцы живота должны быть эластичны и подвижны.

Научиться управлять своим дыханием, можно только последовательно - почувствовав своё тело, избавившись от зажимов и вслед за этим отрегулировать вдох и выдох, при осознании правильной мышечной активности.

Для начинающих вокалистов это самый главный фактор в обучении. Подсознательное правильное дыхание приходит только с опытом, приобретённым в тренировках под наблюдением опытного тренера и педагога.

Правильное певческое дыхание не только развивает вокальные возможности певца, но и является целебным, так как все составляющие дыхательной школы направлены на оздоровление - и духовное и физическое.

Эмоциональное состояние певца.

Состояние внутреннего покоя и уверенности обычно приходит с большим опытом, хотя для начинающих исполнителей важно знать, что хотя бы даже стремление к внутреннему спокойствию играет важную роль в исполнительском мастерстве. Невозможно выйти на сцену, переживая бытовые неурядицы и волнения. Посторонние мысли не просто мешают сосредоточиться на исполняемом произведении, а закрепощают самого исполнителя, словно связывая его по рукам и ногам. Но чаще, конечно, зажатость исполнителя возникает, к сожалению, не из-за банальных бытовых проблем. Источником зажима могут являться более глубокие переживания, спрятанные в далёкие тайники души.

Задача педагога по вокалу состоит в том, что бы, не спугнуть своего подопечного, а напротив, словно нежный родитель, разобраться в душевном состоянии исполнителя, и помочь ему справиться с наболевшей проблемой, придать ему сил, терпения и уверенности в себе. Эта задача требует и от педагога по вокалу недюжинных способностей психолога и великого терпения.

Порой, преподаватель сталкивается с протестом ученика, выступающего против вмешательства в его душевное состояние. Ученик имеет полное право протестовать, так как ему кажется, что посягают на личное и сокровенное. Вероятно, в том случае преподаватель допустил грубую ошибку и был не тактичен по отношению к своему ученику.

Работа на таком уровне требует невероятно тонкого чувства, интуиции и такта. Это похоже на попытку погладить маленькую птичку. Самое главное не спугнуть её, а постараться, что бы она сама села на руку и что бы ей стало уютно и тепло на вашей руке.

Нужно, что бы она доверяла вам, и только тогда вы сможете нежно прикоснуться к ней и затем снова отпустить на волю.

Как уже говорилось в главе о дыхании, эмоциональное и психологическое состояние исполнителя влияет на дыхательную функцию.

В русском языке существует множество выражений характеризующих эмоциональное состояние человека, влияющее на голос и дыхание. Например: « В зобу дыхание спёрло», (от радости, неожиданности), «заголосили»(громко закричали, заплакали), « дышите глубже»(будьте внимательны, радуйтесь) (шуточное обращение), «чуть дыша»(нежно, тихо), «дыхание жизни» (широкое смысловое значение), « не дыша» (совсем незаметно, очень тихо), «нет слов» (от возмущения, от обиды), «охрип» (от долгого спора, объяснений), « перехватило дыхание» (от страха, от неожиданности), « потерял дар речи» (от удивления, от увиденного чуда), «вопить» (громко кричать, призывать), « Глас вопиющего в пустыне» (библейское выражение относится к Иоанну Крестителю, который возвестил людям об Иисусе Христе- спасителе мира.)

Существует ещё множество подобных выражений придуманных человеком, так как мы выражаем свои эмоции словами, жестами и голосом.

Почему человек может охрипнуть в споре? (Спорят до хрипоты). Эмоции начинают переполнять, человек нервничает, может даже подняться давление, идёт прилив крови к голове, и как следствие этого – набухание голосовых связок, отёк и неполное смыкание, при сильном напряжении связок. Затем – хрипота, временная потеря голоса. Причём всё это может произойти за считанные секунды, так, что человек даже не заметит всех этих предупреждающих симптомов, и всё только потому, что нахлынувшие эмоции пересилили остальные человеческие чувства.

Например, ещё одна причина потери голоса - привычный зажим в области шеи. Такому человеку всегда трудно говорить громко, и в момент раздражения происходит эмоциональный срыв, когда хочется закричать, а нечем....

Но зажим возникает, как правило, из глубинных психологических проблем. И тот - же зажим шейных мышц, может возникнуть из-за причин разного характера.

Частое невротическое состояние, состояние тревоги, страха, комплекс неполноценности, забытые детские переживания, которые старательно маскируются внешними физическими проявлениями. Следствие этого – зажимы в разных частях тела, так мешающие человеку быть свободным.

Как можно предохранить свой голос от таких внезапных напастей?

Конечно, это очень трудно, для человека, не посвящённого в тонкости мастерства вокального искусства, но и для вокалистов, порой бывает полезно знать, как оградить себя от неприятностей связанных с нездоровым голосом.

Во-первых, научиться сохранять спокойствие и самообладание в любой ситуации, но не только для того, что бы сохранить свой великолепный тембр (такое отношение грозит черствостью и фанатизмом), а для того, что бы оставаться человеком – добрым, чутким, внимательным к чужому мнению, справедливым и прощающим. Помните, что каждый имеет право на своё мнение, так же как и вы.

Во-вторых, научиться чувствовать внутреннюю свободу. Не зависеть от ситуации, быть лёгким в общении с людьми, находить общий язык, не замыкаться в себе.

В-третьих, стараться не повышать голос, особенно если вы нервничаете или возбуждены. Ваш крик не принесёт облегчения ни вам, ни окружающим. Напротив, вы можете только всколыхнуть волну ответного гнева, ярости, или отчаяния. Тем более, ваш крик не убедит людей в вашей правоте. Одно слово, сказанное тихо и уверенно намного сильнее слов выкрикнутых.

В-четвёртых, научиться следить за своим дыханием. Проследите, в какие моменты вы задерживаете дыхание, о чём вы подумали в этот момент, или что вас насторожило. Эти ассоциации натолкнут вас на размышления о вашем прошлом, возможно вы вспомните давно

забытые моменты, которые когда-то напугали вас, и сможете более спокойно отнестись к ним в настоящее время.

Попробуйте, в момент произвольной задержки дыхания, расслабить мышцы живота, выдохнуть медленно и спокойно как бы до самого конца, и затем так же медленно и тихо сделать вдох, не поднимая плеч и снова медленно выдохнуть. Это поможет успокоиться, почувствовать уверенность и силу.

В-пятых, в общении с окружающими, не принимайте оборонительную позицию. В такой ситуации, человек мысленно становится в позу борца или воина, когда тело готово отразить удар. Мышцы напряжены, жилы на шее вздуты, ладони сжимаются в кулак, пусть даже произвольно. На подсознательном уровне ваши оппоненты почувствуют напряжение исходящее от вас и преграду выставленную вами, и в ответ вы тотчас получите такое же напряжение, и не дай бог вам услышать скрежет надеваемого забрала и лязг копий, нацеленных в вас. Постарайтесь быть более открытым и доброжелательным. Улыбайтесь искренне, так как натянутая и неестественная улыбка так же мешает общению.

В-шестых, берегите себя от болезней. Но это отнюдь не означает, что нельзя есть мороженое, или пить холодную воду. Пейте и ешьте на здоровье! Просто не болейте для того, что бы вас пожалели, или что бы завоевать внимание близких, или от жалости к себе самому, или в оправдание своего несовершенства или лени. Истинные причины человеческих болезней кроются именно в этом.

Эпидемия гриппа, это, прежде всего реклама, влиянию которой подвержены многие, коллективное бессознательное и прекрасная возможность отдохнуть от всего, что успело надоеть. Забота окружающих тоже очень приятна. Когда ещё нам принесут чай в постель? Если же человек одинок, то болезнь - прекрасная возможность пожалеть себя самому, посетовать на бессердечие окружающих, или мира в целом.

А ещё, например, пропавший голос в связи с болезнью, поможет вам избежать ответственного спектакля, которого вы боитесь, но от которого зависит ваша карьера. Но вы предпочтёте болезнь, нежели избавление от собственных никчёмных страхов и лишитесь вероятного взлёта ваших позиций в театре. Или вам проще оставаться незаметным и тихим человеком, которого никто не замечает, и не требует большего? Вам не нужна слава и почёт? Или вы просто не любите работать?

Иногда человек совершает большие ошибки из-за собственной трусости, лени и глупости.

Но если уж вы действительно заболели, врач поставил вам некий диагноз и выписал лекарства, не будьте смиренны и не радуйтесь раньше времени. Вы всё равно выздоровеете, и вам придётся вернуться к нормальной деятельности. Позже или раньше, зависит от вас. В этот период вокалистам лучше молчать, и не испытывать судьбу. Голос – это дар Божий. Берегите его. Вероятно, ваше вынужденное молчание подарит вам сильное желание высказаться в творчестве, раскрыться и поделиться с людьми своими мыслями. Используйте время вашего лечения как период накопления энергии, духовной и физической, как отрезок времени, необходимый для осмысления своего внутреннего состояния, приведения в порядок мыслей и чувств.

Ещё, в этот восстановительный период желательно слушать как можно больше хорошей музыки.

В-седьмых, выполняйте упражнения, которые способствуют естественному звучанию вашего голоса. Это и дыхательные гимнастики, и вокальные упражнения. Не старайтесь петь как-то специально красиво. Прежде всего, почувствуйте лёгкость при пении. Если вам неудобно, значит, вы что-то делаете не верно, или зажимаетесь. Доверяя всецело педагогу по вокалу, помните, что он не всевидящее око, и не всегда может успеть указать вам на все ваши ошибки, так как их вероятнее всего слишком много. Не обижайтесь на преподавателя за его эмоциональные всплески, так как он искренне переживает за вас и желает вам только добра. Старайтесь прислушиваться к своему внутреннему голосу, радуйтесь удачным пассажам и запоминайте правильное ощущение в этот момент. Выравнивайте тембр вашего

голоса, не через напряжение, а через чувство удовлетворения от звучания вашего голоса. Но не обольщайтесь раньше времени, так как совершенствование будет длиться всю вашу жизнь. Уважайте вашего преподавателя, хотя бы за то, что он прислушивается к тем звукам, которые вы издаёте. Поверьте, ему это не всегда приятно, но он имеет терпение. Будьте и вы терпеливы.

«Секрет успеха прост и его составляющие определены», - говорит Наталья Георгиевна. - Кроме дыхания и физического здоровья голосового аппарата важны также психологическое состояние и конечно то что заложено от Бога. И если последнее человек не в силах контролировать три первых целиком находятся в нашей власти. Поэтому мы можем почти все...»

На уроках вокала Наталии Княжинской обучение проводится с учетом индивидуальных особенностей певца, его склонностей как физических, так и психологических, что позволяет наиболее полно раскрыть все таланты человека. Приходите к нам на курсы вокала и вместе мы добьемся больших успехов. Лучи славы ждут вас, если вы чувствуете в себе талант - главное только принять решение и уже не сворачивать с избранного пути.