Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 3»

РАССМОТРЕНА

на заседании Педагогического совета
Протокол № 1
от «28» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 199 от «29» августа 2023 г.
Директор МБОУ «СОШ № 3»
Л.И. Забродняя

Подписано цифровой подписью: Забродняя Людмила Ивановна
Дата: 2023.09.27 16:41:34 +03'00'

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Вокальный ансамбль»

Адресована учащимся от 7 до 17 лет.
Срок реализации программы 1 год.

Автор-составитель: Учитель музыки – Варламова Анастасия Анатольевна

г. Алексин 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Вокально-хоровое пение обеспечивает возможность первоначальных музыкальных впечатлений, что способствует овладению «музыкальной речью», что в свою очередь, помогает более точно выявить музыкальные способности. Воспитание слуха и голоса положительно сказывается на формировании речи, которая является материальной основой мышления. Дети, поющие в хоре и занимающиеся музыкой, лучше успевают в школе и отличаются творческой инициативностью и общительностью.

Активное воздействие на ребенка народной и классической музыки с самых ранних лет - важнейшее условие становления нравственного сознания, его личности.

Нормативной основой программы являются:

- Конституция Российской Федерации,
- Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями),
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 г. № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей»,
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»,
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «Об утверждении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»,
- Иные нормативно-правовые акты органов управления образованием различного уровня,
- Устав Образовательного учреждения,
- Положение о порядке разработки, оформления и утверждения дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа № 3».

— **Направленность и уровень освоения программы.** Программа «Вдохновение» (хор) является дополнительной общеобразовательной программой художественно-эстетической направленности, уровень освоения – общекультурный**.**

Актуальность программы заключается в широкой потребности детей заниматься в эстрадном вокальном ансамбле, это направление определяется общественными условиями жизни и соответствует интересам современных детей. Интерес – прекрасная мотивация к учению вообще и приобщению к музыке, в частности. Под его влиянием развивается музыкальная наблюдательность, интеллектуальная активность, обостряется работа воображения, восприятия, усиливается произвольное внимание, сосредоточенность.

Музыкальное воспитание детей является одним из основных направлений формирования нравственных, эстетических и духовных качеств ребенка. Активная музыкальная деятельность способствует развитию внимания, памяти, мышления, воображения, чувств, творческой активности. Задачей педагога вокального жанра является воспитание музыкального вкуса, раскрытие индивидуальности ребенка, как в ансамбле, так и в индивидуальном исполнении.

Новизна программы в том, что в ней при обучении детей используются здоровьесберегающие технологии. В наше время наблюдается низкая физическая подготовленность у детей. Нарушение в работе защитного механизма верхних дыхательных путей, слабо работающий дыхательный аппарат, малоподвижность, низкая психологическая культура (неумение преодолевать стрессы) приводят к затруднениям, заболеваниям дыхательной системы, к ослаблению иммунитета.

Занятия можно рассматривать как лечебно-оздоровительное воздействие на ребенка, которое позволяет регулировать процессы дыхания, мышечный тонус и состояние психики обучающегося. Вокально-тренировочные упражнения, предусмотренные в программе, направлены на укрепление легких, трахеи, бронхов, гортани и носоглотки учащихся. Упражнения на различные слоги, скороговорки, способствуют развитию речи у детей, улучшению дикции и памяти. Во время пения, при правильном дыхании в организм поступает большое количество кислорода, при этом улучшается кровообращение и нормализуется сердцебиение. Улучшение кровоснабжения при пении ведет к активизации деятельности головного мозга: он начинает работать интенсивнее, улучшается память, легче воспринимается любая информация.

Программа предполагает приобщение учащихся к музыкальному искусству и желание и в дальнейшем заниматься эстрадным вокалом, рассчитана на углубленный уровень развития компетентности в области вокального искусства, ансамблевого гармонического развития, формирование вокальных навыков на уровне их практического применения в концертной деятельности.

ЦЕЛЬ ***программы: создание условий для развития вокальных и музыкальных способностей ребенка, повышение его общекультурного уровня развития.***

ЗАДАЧИ:

Обучающие:

— обучение детей базовой технике вокального искусства;
— обучение основам сценического движения;
— обучение пению под фонограмму минус 1;
— обучение умению работать с микрофоном;
— формирование исследовательской деятельности;
— формирование культуры слушания.

Развивающие:

— развитие у детей интонационного и гармонического слуха;
— развитие голосового диапазона и тембровой окраски голоса;
— развитие певческого дыхания, чувства ритма и координации движений;
— развитие навыков сценического поведения и актерского мастерства;
— развитие образного мышления и эмоционального восприятия;
— сохранение и улучшение состояние здоровья учащихся;
— расширение музыкального кругозора.

Воспитательные:

— воспитание музыкального вкуса и эрудиции ребенка;
— воспитание аналитического и критического отношение ребенка к исполнительству, как к своему, так и других;
— содействие формированию коммуникативной культуры и духовно-нравственному воспитанию учащихся;
— создание комфортного психологического климата, благоприятной ситуации успеха;
— формирование таких личностных качеств как трудолюбие, воля, дисциплинированность, ответственность перед коллективом и самим собой.

Здоровьесохраняющие (здоровьеразвивающие):

— построение учебного процесса, способствующего сохранению и укреплению здоровья детей;
— укрепление голосового аппарата, увеличение объема дыхания;
— развитие и совершенствование артикуляционной моторики;
— создание комфортного психологического климата, благоприятной ситуации успеха;

— владение способами саморегуляции поддержки здорового образа жизни.

Отличительные особенности программы «Вокальный ансамбль» заключаются в том, что она стимулирует учащихся к формированию исследовательской деятельности.

При помощи интернет ресурсов, посещения библиотеки, у обучающихся формируются навыки исследовательской деятельности, что в дальнейшем поможет им в освоении других образовательных программ. Исследовательская деятельность детей младшего школьного возраста должна осуществляться при помощи и поддержке педагога и родителей.

Срок реализации программы – 1 год.

Адресат программы. Данная программа адресована учащимся школьного возраста общеобразовательной школы (7-17 лет)

Условия реализации программы

В ансамбль принимаются дети с разными стартовыми способностями. Занятия проводятся 1 раз в неделю (1 академический час). По усмотрению педагога они могут проводиться с группой, солистами и малыми ансамблями.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	***Наименование тем***	***Количество часов***		
		всего	***теория***	***практика***
1	Вводное занятие. Начальная диагностика. Беседы по технике безопасности.	1	0,5	0,5
2	Вокальная работа.	3	1	2
3	Основы певческого дыхания.	3	1	2
4	Артикуляция. Дикция.	3	1	2
5	Основы сценического движения.	3	1	2
6	Репетиционная работа.	16	2	14
7	Концертная деятельность.	5	0,5	4,5
	Всего:	**34**	**6**	**28**

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Вводное занятие. Начальная диагностика. Беседа о правилах и технике безопасности (1 час)

— знакомство с содержанием обучения и режимом занятий;
— правила поведения в образовательном учреждении;
— правила противопожарной безопасности.
— индивидуальное прослушивание.

2. Вокальная работа (3 часа)

Гигиена голоса, правильная установка корпуса, шеи и головы; формирование гласных звуков. Вокально-тренировочные упражнения, направленные на формирование однохарактерности звучания гласных; развитие диапазона; освобождение нижней челюсти; развитие кантилены, вокальные упражнения с применением пальчиковой гимнастики.

3. Основы певческого дыхания (3 часа)

Понятие о певческом дыхании; типы певческого дыхания. Дыхательные упражнения способствующие: развитию голосового резонатора, мягкому дыханию через нос; развитию дыхания без подъема плеч и верха грудной клетки; развитию умения экономного расходования дыхания при произношении скороговорок и поговорок, как в свободном исполнении, так и в заданном ритме.

4. Артикуляция. Дикция (3 часа)

Понятие о вокальной дикции и артикуляции. Чтение скороговорок; чтение стихотворных текстов; упражнения направленные на развитие губ, дикции, гибкости и подвижности языка, пение скороговорок в различных темпах.

5. Основы сценического движения (3 часа)

— понятие «сценическое движение»; характер движений при исполнении произведений, выполнение выхода, поклона, ухода.
— упражнения на развитие координации движений
— мимика, выражение лица, улыбка, владение собой, устранение волнения на сцене. Мимический и психологический тренинг.

6. Репетиционная работа (16 часов)

— содержание изучаемых песен; характер музыки и образ произведения.
— исполнение произведение различных жанров; работа над образом произведения;
— понятие средств музыкальной выразительности: динамика, темп, фразировка; работа над смысловым единством текста и музыки, работа над созданием вокального и сценического образа исполняемого произведения;

7. Концертная деятельность (5 часов)

— подготовка к концертному выступлению, посещение концертов и спектаклей, участие в школьных концертах, в музыкальных конкурсах и фестивалях.

В течение года учащиеся должны освоить 5-7 песен, разнообразных по характеру и жанру. Что бы стимулировать интерес к занятиям в репертуар следует включать современные песни, актуальные на сегодняшний день.

Примерный репертуар:

1. муз. М. Раухвергера, сл. В. Резниченко «Белый голубь – голубь мира»
2. муз. Я. Дубравина, сл. В. Суслова «Без друзей никак нельзя»
3. муз. А. Кудряшова, сл. И. Яворовского «Веселые нотки»
4. муз. и сл. Л. Марченко «Каникулы»
5. муз. М. Парцхаладзе, сл. М. Пляцковского «Мамина песенка»
6. муз. Ж. Металлиди, сл. М. Мельничук «Подснежник»
7. муз. Ю. Чичкова, сл. М. Пляцковского «Детство – это я и ты»
8. муз. С. Крупа – Шушариной, сл. В. Сухих «Вольный ветер»
9. муз. С. Крупа – Шушариной, сл. А Фета «Первый ландыш»
10. муз. И. Кадомцева, сл. П. Синявского «Семицветная дорога»
11. муз. Ж. Металлиди, сл. М. Мельничук «Подснежник»
12. муз. М. Красева, сл. Н. Френкель «Бабочки»
13. муз. и сл. Я. Жатко «Буси – бусинки»
14. русская народная песня в обр. Ю. Слонова «Бабушкин козлик»
15. муз. Е. Тиличеевой, сл. Ю. Островского «Веселые музыканты»
16. муз. А. Кудряшова, сл. И. Яворовского «Веселый фломастер»
17. муз. и сл. А. Ермолова «Мы хомячим»
18. Немецкая народная песня «Будем танцевать»
19. И. Брамс, обр. В. Соколова «Петрушка»
20. Ц. Кюи, сл. Е. Баратынского «Зима»
21. А. С. Аренский, сл. А. Плещеева «Расскажи, мотылёк»
22. М. Славкин, сл. В. Орлова «Почему сороконожки опоздали на урок»
23. Е. Крылатов, сл. М. Садовской «Мы катаемся на пони»
24. Е. Подгайц, сл. Л.Яковлева «Ночной концерт»
25. Песни из мультфильмов.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

По итогам освоения программы **учащийся должен владеть:**

— достаточно свободным управлением голосовым аппаратом;
— основными приемами техники певческого дыхания и дикции;
— знаниями основ сценического движения и умения пользоваться микрофоном;
— умениями передавать свое настроение, эмоции, связанные с музыкальным произведением при его исполнении.

У учащегося разовьется:

— музыкальный слух;
— вокальный диапазон;
— певческое дыхание;
— артикуляция, дикция;
— навыки сценического поведения;
— музыкальный кругозор;
— образное мышление;
— ответственность, воля и трудолюбие.

У учащегося сформируется:

— музыкальный вкус и эрудиция;
— навык к анализу исполнительского мастерства;
— интерес к занятиям эстрадным вокалом;
— ответственность к выполнению задания.

Способы отслеживания результатов освоения программы.

Оценкой уровня развития ребенка, сформированности основных знаний, умений и навыков являются концертные выступления в рамках школы и за её пределами, а также участие в фестивалях и конкурсах разного уровня.

Методом контроля является анализ результатов конкурсов, выполнение творческих заданий, а также наблюдение педагога в ходе занятий, подготовки, участия в мероприятиях.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

— отчетные концерты;
— спектакли, конкурсы;
— выставки;

— сбор и анализ результатов участия в конкурсах и фестивалях различного уровня (общешкольные, городские, областные, региональные, Всероссийские, Международные);
— итоговые выставки творческих работ;
— презентации итогов работы объединений.

ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Материально-техническое обеспечение программы

Фортепиано, синтезатор, музыкальный центр, компьютер, мультимедийное оборудование, микрофоны, диски, нотные сборники.

Основные формы и методы работы

В программе используются следующие методы обучения, отвечающие целям и задачам учебного процесса:
— метод обобщения (учить коллективно давать оценку своему выступлению, выступление других, без обиды на критику).
— метод сравнения (сравнивать различные исполнения).
— проблемно-поисковый (остановка педагогом на не точном исполнении и просьба указать на ошибку исполнения самим учащимся и исправить ее).

На занятиях применяются следующие формы работы: беседа, прослушивание аудио-, видеозаписей, исполнение (соло/ансамбль), проведение мини концертов.

Методическое обеспечение образовательной программы

Программа «Вокальный ансамбль» предполагает обучение не только правильному и красивому исполнению произведений в данном жанре, но ещё и умение работать с микрофоном, владение сценическим движением и актёрскими навыками. Движение на сцене – это одна из важнейших составляющих имиджа эстрадного ансамбля, танцевальные движения являются профилактикой утомления и средством не только физической, но и эмоциональной

разрядки. Также для развития координации движений используется приемы хорового сольфеджио Струве Г.А, пальчиковая и артикуляционная гимнастика.

На протяжении всех лет обучения педагог следит за формированием и развитием вокальных навыков учащихся (певческая установка, дыхание, звуковедение, дикция, ансамбль, строй), постепенно усложняя задачи, расширяя диапазоны певческих возможностей детей.

Особо важное значение имеет владение певческими навыками. Большую роль в этом играют упражнения. Очень важно с самого начала обучения воспитывать у учащихся вокальный слух, умение внимательно слушать себя и отмечать свои ошибки.

В воспитании навыков красивого и выразительного пения особая роль принадлежит артикуляции и дикции. Для развития дикции необходимы специальные упражнения - скороговорки, чтение текста вслух без спешки, тщательно выговаривая слова, а также вокальные упражнения, развивающие звукообразующие органы: губы, язык, челюсти, гортань, зубы. У детей артикуляционный аппарат часто работает слабо, он скован, зажат. Этот недостаток необходимо устранять.

Подбирая программный репертуар, следует руководствоваться следующими принципами:

—художественная ценность;
—воспитательное значение;
—доступность музыкального и литературного текста;
—разнообразие жанров и стилей;
—логика компоновки будущей концертной программы.

Для успешной реализации программы педагог должен владеть современными инновационными технологиями и быть в курсе появления новых технологий, методик, компьютерных программ.

Программа предполагает активное участие родителей. Это и помощь родителей в исследовательской деятельности, и участие родителей в игровых программах, совместных проектах, выезды на концерты, конкурсы и т.д.

Занятия по программе «Вокальный ансамбль» подразумевает участие учащихся в разнообразных тематических, учебных, массовых концертах и праздниках, открытых занятиях, проектах, мастер классах, участие в конкурсах и фестивалях разных уровней, что способствует развитию навыков сценического поведения, раскрепощению личности ребенка, свободе исполнения.

В коллективе должна быть создана атмосфера творчества, взаимопомощи, ответственности каждого за результаты общего дела. Такая атмосфера способствует формированию личности ребенка, помогает ему поверить в свои силы, воспитывает чувство товарищества, ибо именно в этом залог высоких художественных результатов.

Методические рекомендации
(беседы для учащихся)

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

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

Певческая установка. Сегодня мы займемся очень важным делом – будем учиться правильной вокально-певческой постановке корпуса во время пения. От того, как вы держите «корпус», зависит осанка и даже самочувствие. Хорошая осанка необходима всегда, а во время пения – особенно. Чтобы голос звучал свободно, легко, нужно, чтобы ему ничто не мешало: плечи должны быть опущены, спина прямой, не нужно вытягивать шею и высоко поднимать подбородок (а то сразу же станешь похожим на петуха, который всех хочет перекричать).

Очень важно психологически почувствовать в себе наличие своеобразного стержня, который объединяет все части тела от головы до ног. Для нахождения этого же ощущения надо, взявшись кистями за локти, поднять руки в согнутом положении и положить их за голову. Заниматься пением лучше всего стоя. Только при большой продолжительности занятий можно сидеть, не касаясь спинки, на краю стула. Если приходится петь сидя, не ставьте ноги на стул того, кто сидит перед вами, чтобы не горбиться: это очень мешает свободному звучанию голоса. Нужно сесть прямо, руки положить на колени.

Дыхание. Дыхание не должно быть прерывистым, коротким и чрезмерно длинным. Дыхание должно быть ровным! Старайтесь вдыхать ртом и носом одновременно. Рот чуть приоткрыт. Ощущение такое, как будто вы нюхаете цветок. При таком положении аппарата все мышцы правильно сокращены. Не старайтесь говорить очень длинную фразу или несколько фраз на одном дыхании. Это вредно. Из-за нехватки дыхания голос будет угасать и перейдет на горло, а в таком состоянии аппарат очень быстро устает, слушатель же через некоторое время от нехватки воздуха начнет зевать и чувствовать дискомфорт.

Упражнения, используемые на занятиях:

1. Упражнения на выработку умения управлять выдохом.

2. Упражнения для тренировки мышц, участвующих в дыхании.
3. Упражнения на удлинение выдоха:
   а) выдох на звуке, счет про себя;
   б) выдох на повторение слога (ма, мо, му);
   в) выдох на счет вслух;
4. Упражнения «Свеча», «Снайпер», «Комарик»

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

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

Мелодия. Греческое слово «мелодия» означает «пение», «напев». Мелодию можно напеть или сыграть на каком-нибудь музыкальном инструменте. Мелодия лежит в основе любого музыкального произведения. Она является, как часто говорят, душой музыки. Благодаря мелодии музыка способна передать любые наши переживания и чувства.

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

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

Песня. Песня относится, прежде всего, к вокальной музыке и к народному музыкальному творчеству. Именно в песне каждый народ выражает свои чувства, настроения, желания, намерения, мечты. В песне закрепляется образ мыслей и чувств народа, его философия, его отношение к жизни, к любви, к детям, к природе – животным, цветам, растениям; к своей истории, к своей Родине. Каждая эпоха имеет свои песни – по ним можно понять, чем жили люди. Песни бывают самые разные по жанрам, количеству исполнителей, тематике. Композиторы бережно и любовно относятся к народной песне. Для них это – неисчерпаемый мелодический источник, а главное – заповедное слово о душе народа. Если авторы (композитор и поэт) люди талантливые, то их песня может жить очень долго, иногда становясь как

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

Дикция._Важный момент в вокальном пении – дикция. Единственный способ донесения содержания песни до слушателя – понятные слова. Поэтому дикция должна быть отчетливой. Основой являются согласованные движения органов речи (язык, губы, зубы, нёбо). Эти движения называются артикуляцией. Артикуляционный аппарат у детей, особенно младшего возраста, нуждается в развитии. Необходимо проводить специальную работу по его активации. Быстрые и легкие перемещения языка, губ сохраняют устойчивое положение гортани. Добиваться этого следует освобождением, раскрепощением всего артикуляционного аппарата. Необходимо проводить тренаж артикуляционного аппарата. Развитию артикуляции помогает проговаривание и пропевание скороговорок и чистоговорок. Требуя от юных исполнителей четкой и ясной дикции, активной артикуляции, следует обратиться к специальным упражнениям

— Тренировка нижней челюсти.
— «Пятачок» (тренировка губных мышц).
— «Почесывание».
— Тренировка мышц языка.
— Работа над гласными звуками.
— Скороговорки

Берегите свой голос._Человек наделен от природы чудесным даром – голосом. Это голос помогает человеку общаться с окружающим миром, выражать свое отношение к различным явлениям жизни. Соответственно разным чувствам по-разному может звучать голос в разговоре. Разнообразны интонации человеческой речи. Но какую чарующую силу приобретает человеческий голос в пении! Человеческий голос очень хрупок и нуждается в бережном к нему отношении. Что такое голос? Как он возникает? У нас в горле есть голосовые складки. Когда они смыкаются, возникает звук – голос. А если не беречь горло, напрягать его постоянной болтовней, есть мороженое после горячего чая или долгого бегания, то голосовые складки воспаляются и голос получается грубым, сиплым. Закаляй свое горло полосканием. Каждое утро, почистив зубы, набери глоток воды в рот и, запрокинув назад голову, произноси протяжно следующие звуки:

А – а – а; Э – э – э; И – и – и; О – о – о; У – у – у

Звуки нужно произносить поочередно: на каждый новый глоток воды – новый звук. Так ты закаляешь горло – это как обливание холодной водой – и прочищаешь его, удаляя остатки пищи. Голос хорошо звучит только тогда, когда певец здоров, бодр и в хорошем настроении. От настроения певца очень часто зависит качество репетиции. Если певец пришел на урок расстроенным, подавленным, угнетенным, то занятие продуктивным не будет. Настроение – эмоциональная настройка – влияет на активность нервной системы и на общий тонус организма. Всякое заболевание

носа или глотки не проходит бесследно для гортани. Она в той или иной степени вовлекается в болезненный процесс. Острые и нечастые ангины быстро излечиваются и не оставляют следа.

Советы для здоровья голоса

1. Пить воду, чтобы не позволять вашему телу испытывать риск обезвоживания, и избегать алкоголя и кофеина. Ваши голосовые связки вибрируют очень быстро, и наличие надлежащей водной помощи служит своеобразной смазкой. Важное примечание: Пищевые продукты, содержащие большое количество воды - превосходные закуски, это - яблоки, груши, арбуз, персики, дыни, виноград, сливы, болгарский перец и яблочное пюре.

2. Не курить. При курении повышенный риск рака горла, и при вдохе дыма (даже подержанный дым) могут раздражаться голосовые связки.

3. Не злоупотреблять, и не использовать ваш голос неправильно. Избегайте криков или воплей, и не пытайтесь говорить громко в шумных помещениях. Если ваше горло сухое или утомленное, или ваш голос становится хриплым, уменьшайте использование голоса. Хрипота – это предупреждение, что ваши голосовые связки раздражены.

4. Держите ваше горло и мускулы шеи в расслабленном состоянии, как при пении высоких нот, так и низких.

5. Обратите внимание на то, как Вы говорите каждый день. Даже исполнители, которые имеют хорошие навыки пения, могут причинять себе ущерб, когда они говорят.

6. Не откашливайтесь часто. Когда Вы очищаете ваше горло, это - подобно хлопанью вашими голосовыми связками вместе. Выполнение этого слишком часто может повредить их и сделать ваш голос хриплым. Пробуйте глоток воды или сглотните, чтобы подавить желание прокашляться. Если Вы испытываете желание прокашляться часто, проверяйтесь у доктора, причиной может быть болезнь или аллергия.

7. Когда вы устаете, дайте голосу передохнуть. Не говорите, когда вы хриплы из-за холода или инфекции. Слушайте то, что ваш голос говорит Вам.

9. Когда Вы должны говорить публично, с большими группами или на открытом воздухе, думайте относительно использования усиления и избегайте напрягать ваш голос.

10. Увлажняйте ваш дом и область работы. Помните – влажный воздух хорош для голоса.

Что делать, если голос заболел?

1. Первое правило при любом заболевании – пейте как можно больше воды. Теплой. Обильное теплое питье – это первое что придет на помощь.

2. Избегайте Чая, Кофе, Сливок и Алкоголя перед пением, поскольку они могут иметь эффект обезвоживания. Т.е. чем больше их пьешь – тем больше хочется пить, что не есть хорошо.

3. Всегда и везде вам поможет витамин С. В таблетках, фруктах, овощах. Ешьте их побольше, хуже точно не будет, а эффект – естественный иммунитет. Напиток с соком лимона (не пить холодным!), мед, черная смородина содержат витамин С и антивирусные свойства, а свежий имбирь – это потрясающий природный анти-воспалительный продукт – трете немного корня имбиря, заливаете кипятком, даете настояться – добавляете меда и лимона.

4. Отдыхайте!

5. Сильный кашель может повредить голосовые связки. Немедленно принимайте сироп от кашля, при малейших признаках. Будьте осторожны с таблетками, лучше сиропы из натуральных трав.

6. Ингаляция с натуральными эфирными маслами. Масло эвкалипта, мяты, чайного дерева, ели, сосны, кедра – лучшее средство от простуды, отлично прочищают легкие, избавляют от кашля. Будьте осторожны со смесями для ингаляций, следите, чтобы в них не присутствовал ментол – он может иметь осушающий эффект. Вообще ароматерапия – великолепное средство быстро встать на ноги. Но не переусердствуйте – обязательно проверьте эфирные масла на отсутствие личной непереносимости и аллергии.

7. Не пытайтесь петь и избегайте говорить, пока лечение не закончено, чтобы позволить воспалению уменьшиться.

8. При выздоровлении начинайте с тихого напевания в течении 5-10 минут за раз, и потихоньку переходите к нескольким вокальным упражнениям в середине вашего диапазона, постепенно расширяйте диапазон более чем несколько дней. Норма восстановления будет зависеть от серьезности болезни и опытом певца. Любые проявления хрипоты исчезнут – это дело еще пары дней.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Гонтаренко Н.Б. Сольное пение. Секреты вокального мастерства. Р-Д, 2007
2. Гончарова Е.А. Работа над чистотой интонации в пении. - Кемерово, 2001
3. Дмитриев Л. Основы вокальной методики. - Р-Д, 2003
4. Джалагония Л.А. Взаимосвязь речи и музыки как форм человеческого общения. - М., 2001
5. Добровольская Н.В., Орлова В.А. Что надо знать учителю о детском голосе: - М., 2007
6. Кочнева И. Вокальный словарь. – СПб, 2016
7. Разагатова, Н.А. Вокальная деятельность школьников. - Самара, 2007
8. Струве Г. Музыка для всех – М., 2014
9. Сборники песен Е. Крылатова, М. Минкова, Г. Гладкова, Я. Дубравина. В. Шаинского, М. Дунаевского – М., 2000-2014

10. Сборник поговорок и скороговорок. – М., 2010
11. Энтин Ю. Мои самые любимые песни из мультфильмов. - М.,2011

Аудио и видеоматериалы

12. Карягина А. Эстрадный вокал. Практическое пособие для начинающих (+ CD), 2008
13. Риггс С. Как стать звездой (Аудиошкола для вокалистов). – М., 2010
14. Видеошкола по вокалу (Sam West Vocal Workout), 2013

Интернет-ресурсы

15. Сайт «Урок музыки» http://www.muz-urok.ru/razrab_urokov_muz.htm
16. Википедия. Заглавная страница http://ru.wikipedia.org/wiki/
17. Детский портал «Солнышко» http://www.solnet.ee/
18. Сайт для педагогов «Созвездие ориона» http://sozvezdieoriona.ucoz.ru/load/5
19. Нотный архив http://www.notarhiv.ru/vokal.html
20. Портал фонограмм http://www.minusy.ru/
21. Песни, фонограммы, караоке для детей http://kosar.net.ua/detskiirazdel/detskie-minusa-karaoke
22. Песни из мультфильмов и кинофильмов - ноты, текст http://litizia.narod.ru/mult.html

Календарный учебный график

Год обучения	*Дата начала обучения по программе*	*Дата окончания обучения по программе*	*Всего учебных недель*	*Количество учебных часов*	*Режим занятий*
1 год	01.09.2023г.	31.05.2024 г.	34	34	понедельник 14:10 – 14:55

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Сроки проведения (дата)	Примечание
Раздел 1. «Вводное занятие. Начальная диагностика. Беседа о правилах и технике безопасности» (1 час)				
1.	Знакомство с содержанием обучения и режимом занятий; правила поведения на музыкальных занятиях; правила противопожарной безопасности; индивидуальное прослушивание.	1		
Раздел 2. Вокальная работа (3 часа)				
2-4	Гигиена голоса, правильная установка корпуса, шеи и головы; формирование гласных звуков. Вокально-тренировочные упражнения, направленные на формирование однохарактерности звучания гласных; развитие диапазона; освобождение нижней челюсти; развитие кантилены, вокальные упражнения с применением пальчиковой гимнастики	3		
Раздел 3. Основы певческого дыхания (3часа)				
5-7	Понятие о певческом дыхании; типы певческого дыхания. Упражнения способствующие: развитию голосового резонатора, мягкому дыханию через нос; развитию дыхания без подъема плеч и верха грудной клетки; развитию умения экономного расходования дыхания при произношении скороговорок и поговорок в заданном ритме.	3		
Раздел 4. Артикуляция. Дикция (3 часа)				
8-10	Понятие о вокальной дикции и артикуляции. Чтение скороговорок; чтение стихотворных текстов; упражнения, направленные на развитие губ, дикции, гибкости и подвижности языка, пение скороговорок в различных темпах.	3		
Раздел 5. Основы сценического движения (3 часа)				
11.	Понятие «сценическое движение»; характер движений при	1		

	исполнении произведений, выполнение выхода, поклона, ухода.			
12.	Упражнения на развитие координации движений.	1		
13.	Мимика, выражение лица, улыбка, владение собой, устранение волнения на сцене. Мимический и психологический тренинг.	1		
Раздел 6. Репетиционная работа (16 часов)				
14-17	Содержание изучаемых песен; характер музыки и образ произведения.	4		
18-21	Исполнение произведение различных жанров; работа над образом произведения.	4		
22-25	Понятие средств музыкальной выразительности: динамика, темп, фразировка.	4		
26-29	Работа над смысловым единством текста и музыки, работа над созданием вокального и сценического образа исполняемого произведения	4		
Раздел 7. Концертная деятельность (5 часов)				
30-34	Подготовка к концертному выступлению, посещение концертов и спектаклей, участие в школьных концертах, в музыкальных конкурсах и фестивалях.	5		