

Пояснительная записка

Программа внеурочной деятельности вокально-эстрадной студии разработана на основе анализа государственных программ по организации хоров, вокальных групп для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Программа вокально-хоровой работы в ансамбле помогает реализовать главную цель музыкального образования: формирование музыкальной культуры учащихся среднего звена, которая должна стать частью их духовной культуры с учетом образовательных потребностей и запросов участников образовательного процесса и направлена на освоение ФГОС.

Данная программа сформирована с учетом возрастных особенностей учащихся. Особенность программы «Созвездие талантов» в том, что она разработана для ребят, которые сами стремятся научиться красиво и грамотно петь. В данных условиях программа «Созвездие талантов» - это механизм, который определяет содержание обучения вокалу школьников, методы работы учителя по формированию и развитию вокальных умений и навыков, приемы воспитания вокалистов.

Цели программы:

Заинтересовать учащихся музыкальным искусством как неотъемлемой частью жизни каждого человека, приобщить к вокальному искусству.

Задачи:

1. Развитие и совершенствование голосового аппарата и вокально-хоровых навыков.
2. Развитие музыкальной грамотности и сценического мастерства.
3. Развитие художественно-образного мышления.
4. Формирование хорошего музыкального вкуса и культуры пения.
5. Воспитание уважения к народным песенным традициям и любви к Отечеству.
6. Развитие творческого потенциала учащихся.

Актуальность и новизна программы:

Программа помогает адаптировать учебный процесс к индивидуальным особенностям ребёнка, создать условия для максимального раскрытия творческого потенциала преподавателя, комфортных условий для развития талантливого ребёнка.

В программе представлена структура индивидуального педагогического воздействия на формирование певческих навыков обучающихся последовательности, сопровождающая систему практических занятий.

Пение является весьма действенным методом эстетического воспитания. В процессе изучения вокала (в том числе эстрадного) дети осваивают основы вокального исполнительства, развивают художественный вкус, расширяют кругозор, познают основы актерского мастерства. Самый короткий путь эмоционального раскрепощения ребенка, снятия зажатости, обучения чувствованию и художественному воображению - это путь через игру, фантазирование.

Именно для того, чтобы ребенок, наделенный способностью и тягой к творчеству, развитию своих вокальных способностей, мог овладеть умениями и навыками вокального искусства, самореализоваться в творчестве, научиться голосом передавать внутреннее эмоциональное состояние, разработана эта программа, направленная на духовное развитие обучающихся.

Новизна программа в первую очередь в том, что в ней представлена структура индивидуального педагогического воздействия на формирование певческих навыков обучающихся последовательности, сопровождающая систему практических занятий.

Принципы реализации программы:

- принцип единства художественного и технического развития пения;
- принцип гармонического воспитания личности;
- принцип постепенности и последовательности в овладении мастерством пения, от простого к сложному;
- принцип успешности;
- принцип соразмерности нагрузки уровню и состоянию здоровья сохранения здоровья ребенка;
- принцип творческого развития;
- принцип доступности;
- принцип ориентации на особенности и способности - природосообразности ребёнка;
- принцип индивидуального подхода;
- принцип практической направленности.

Музыкально-эстетическое воспитание и вокально-техническое развитие школьников должны идти взаимосвязно и неразрывно, охватывая детей разного школьного возраста, и ведущее место в этом принадлежит кружку вокального пения – и на сегодняшний день основному средству массового приобщения школьников к музыкальному искусству.

Человек наделен от природы особым даром – голосом. Именно голос помогает человеку общаться с окружающим миром, выразить свое отношение к различным явлениям жизни. Певческий голосовой аппарат – необыкновенный инструмент, таящий в себе исключительное богатство красок и различных оттенков. Пользоваться певческим голосом человек начинает с детства по мере развития музыкального слуха и голосового аппарата. С раннего возраста дети чувствуют потребность в эмоциональном общении, испытывают тягу к творчеству. Именно в период детства важно реализовать творческий потенциал ребенка, сформировать певческие навыки, приобщить детей к певческому искусству, которое способствует развитию творческой фантазии. Каждый ребенок находит возможность для творческого самовыражения личности через сольное и ансамблевое пение, пение народных и современных песен с музыкальным сопровождением.

Режим занятий

Расписание занятий строится из расчета 2 часа в неделю. Каждое занятие длится 40 минут.

В зависимости от возраста, таланта, общей и музыкальной культуры учащихся, педагогических задач, которые стоят перед руководителем и всех других качеств музыкальных произведений соответственно подбирается репертуар, и варьируются методы обучения пению.

Формы внеурочной деятельности

Занятия могут проходить по подгруппам и индивидуально. Беседа, на которой излагаются теоретические сведения, которые иллюстрируются поэтическими и музыкальными примерами, наглядными пособиями, презентациями, видеоматериалами. Практические занятия, где дети осваивают музыкальную грамоту, разучивают песни композиторов-классиков, современных композиторов.

Главная методика по развитию певческого голоса в ансамбле заключается в следующих основных положениях:

- наглядно-слуховой;
- наглядно-зрительный;

- репродуктивный;

Одним из ведущих приёмов обучения пению детей является демонстрация педагогом академической манеры пения.

Каждое занятие строится по схеме:

- настройка певческих голосов: комплекс упражнений для работы над певческим дыханием (2–3 мин);

Концерты и выступления.

- Сосредоточенность внимания учащихся на эталоны певческого звучания в соответствии с возрастными особенностями, красота, звонкость, мягкость, легкость, напевность, ровность, сила, оптимальная для каждого, без форсирования – ориентир, стимулятор и регулятор деятельности голосового аппарата.
- Пение свободное, непринужденное, льющееся, на улыбке, лишённое всякого перенапряжения. Вместе с тем – это процесс, требующий собранности, активности, строжайшего соблюдения певческой установки.
- Вдох спокойный через нос; ровный, экономный выдох.
- Устойчивое положение гортани как фактор особой важности.
- Активная атака как основной способ звукообразования.
- Пропевание гласных, четкое, короткое активное произношение согласных.
- выразительность, музыкальность пения, опирающаяся на возможно более глубокое понимание и прочувствование музыкального произведения.
- В кульминационной части урока – целостный или частичный художественный результат. Сочетание напряженного труда с творческой атмосферой, создание условий, в которых преодоление трудностей воспринимается как радость, не приносит вреда и обеспечивает продвижение вперед.
- Пение в диапазоне, соответствующем возрастным и индивидуальным особенностям детей.
- Подбор репертуара осуществляется с учётом возрастных особенностей участников студии и их продвинутости. Песни с хореографическими движениями, или сюжетными
- действием должны быть значительно легче в вокальном отношении, чем вся остальная программа, так как при их исполнении внимание ребят, кроме пения, занято танцевальными движениями или актёрской игрой.

Вышеизложенная методика обучения пению в данной программе является ведущей, поскольку более всего способствует продуктивной работе.

В результате реализации программы ожидается:

- развитие творческих способностей.

- учащиеся должны 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 своего голоса, петь чисто и слаженно в унисон, изучить азы музыкальной грамоты и хоровой звучности, разучить несколько песен различного характера, дать критическую оценку своему исполнению;

- принимать активное участие в творческой жизни вокальной студии.

на отчетном концерте выразительно и образно исполнить 10-12 песен под музыкальную фонограмму.

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Личностные универсальные учебные действия.

У обучающихся будут сформированы:

- интерес к новым видам творчества, к новым способам самовыражения;
- познавательный интерес к новым способам исполнения
- адекватное понимание причин успешности, неуспешности творческой деятельности

Обучающиеся получают возможность для формирования:

- внутренней позиции на уровне понимания необходимости творческой деятельности, как одного из средств самовыражения в социальной жизни;
- выраженной познавательной мотивации;
- устойчивого интереса к новым способам познания.

Регулятивные универсальные учебные действия

Обучающиеся научатся:

- понимать специфику музыки как вида искусства;
- планировать свои действия;
- адекватно воспринимать оценку учителя;

Обучающиеся получают возможность научиться:

- проявлять творческую инициативу;
- самостоятельно находить варианты решения творческой задачи;

Коммуникативные универсальные учебные действия

Учащиеся смогут:

- допускать существование различных точек зрения и различных вариантов выполнения поставленной творческой задачи;
- учитывать разные мнения, стремиться к координации при выполнении коллективной работы;
- задавать вопросы по существу;
- контролировать действия партнера;

Обучающиеся получают возможность научиться:

- учитывать разные мнения и обосновывать свою позицию;
- владеть вокальными навыками
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую помощь.

Познавательные универсальные учебные действия

Обучающиеся научатся:

- осуществлять поиск нужной информации для выполнения художественной задачи;
- уважению к народным песенным традициям и любви к Отечеству
- распознавать на слух и воспроизводить знакомые мелодии изученных произведений вокальных жанров;
- эмоционально-образно воспринимать и характеризовать музыкальные произведения;

Обучающиеся получают возможность научиться:

- использованию методов и приемов художественно-творческой деятельности в основном процессе и повседневной жизни.

Содержание занятий (70 часов)

Тема 1. Вводное занятие. Прослушивание голосов (2 часа)

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения учебного предмета. Предварительное ознакомление с голосовыми и музыкальными данными учеников. Объяснение целей и задач вокальной студии. Строение голосового аппарата, техника безопасности, включающая в себя профилактику перегрузки и заболевания голосовых связок.

Тема 2. Певческая установка (2 часа)

Певческая установка - это правильное положение корпуса при пении, от которого в большей степени зависит качество звука и дыхания. При обучении детей надо следить за тем, как дети сидят, стоят, держат голову, корпус, как открывают рот.

Опыт пения как экспульсивный акт (экс – наружу), т.е. действия связанные с выведением наружу – выдувание. Количество воздуха необходимое для пения. Малое дыхание.

«Ни одна частичка воздуха не должна выйти из гортани, не превратившись в звук».

Зависимость качества пения от количества и скорости воздуха, протекающего через голосовую щель в единицу времени. Компоненты певческого тембра, образованные аэродинамическим путем.

Соотношения работы органов дыхания и гортани.

Резонаторная функция трахеи.

Вибрато: сущность и назначение. Качающийся и тремолирующий голос.

Организация детей на занятиях - одно из существенных условий для лучшего усвоения или материала и для развития музыкальных способностей. Певческая установка неразрывно связана с навыком певческого дыхания.

Практические занятия: Дыхательная гимнастика.

Тема 3. Музыкальный звук. Высота звука. Работа над звуковедением и чистотой интонирования (8 часов)

Образование голоса в гортани; атака звука (твёрдая, мягкая, придыхательная); движение звучащей струи воздуха; образование тембра. Интонирование. Типы звуковедения: legato и non legato. Понятие кантиленного пения. Пение staccato. Слуховой контроль за звукообразованием.

Для развития звуковысотного слуха у детей подросткового возраста применяются специальные распевки для формирования ладотонального слуха, ощущения и нахождения тоники. Для развития ладового чувства предлагается такое упражнение: исполняется небольшое, уже знакомое детям музыкальное произведение, в котором есть вводный тон-седьмая ступень. Последний звук (тоника) не доигрывается. Детям предлагается спеть его. Игровое действие помогает выполнить задание и способствует развитию музыкального слуха. Дети в любом возрасте с интересом относятся к таким приемам, как нахождение тоники и пропевание последнего звука (или звуков) мелодии, пение по полутонам. Пение близких по расстоянию звуков всегда трудно для интонирования. Но игровой характер упражнения помогут преодолеть эту трудность. Если дети ошибаются, то педагог помогает.

Тема 4. Голосовой тембр. Подбор репертуара. Работа над дикцией и артикуляцией (8 часов)

Голосовой тембр – это красота голосового звука. Дети должны петь естественным высоким светлым звуком, без крика и напряжения. Очень важен пример педагога.

Понятие о дикции и артикуляции. Положение языка и челюстей при пении; раскрытие рта. Соотношение положения гортани и артикуляционных движений голосового аппарата. Развитие навыка резонирования звука. Формирование высокой певческой форманты.

Соотношение дикционной чёткости с качеством звучания. Формирование гласных и согласных звуков. Правила орфоэпии.

Подбор репертуара осуществляется в соответствии с особенностями и возможностями голосового тембра.

Тема 5. Вокально-хоровая работа (10 часов)

Регулируемый образ вокалиста и хоровика. Ансамбль: особенности исполнения вокалистов в составе ансамбля. Проблемы ансамбля. Требования к ансамблю: идентичность голоса, движений поющих, окраска звуков, артикуляционные движения, открытость и закрытость.

Положение овала рта (выбор при соло, идентичность в ансамбле). Управление артикуляционной мускулатурной и приведение ее в единую форму.

Развитие мышц глотки и языка.

Атака звука: твердая, мягкая, преддыхательная.

Работа вокалиста перед выходом на сцену. Место и роль подготовки к выходу на сцену. Необходимость адаптации к ситуации публичного выступления.

Практические занятия:

- 1.Выявление уровня развития фонематического слуха – как основы (родственные корни) вокального слуха;
- 2.Упражнения на развитие двигательной сферы голосообразования и речеобразования;
- 3.Упражнения двигательной программы по тренировке разных фонем, интонации, дозировки движения, условий времени;
- 4.Упражнения по инспираторной фонации – изданию звука во время вдоха. Поиск режима работы гортани: штробас, фальцет, свист - осознание вокально-телесных ощущений;
- 5.Тренировочные программы на переходе из грудного регистра в фальцетный регистр
- 6.Тренировочные программы для фальцетного регистра детского и женского голоса
- Упражнения с твердой и мягкой атакой.
- 7.Подготовка к выходу на сцену.

Тема 6. Пение и ритмические движения (10 часов)

Ценность принципов музыкальной педагогики Карла Орфа - заключается в том, что они являются одной из эффективных форм психологического переключения во время занятий; развивают двигательные способности, музыкальной память, чувство ритма, речевое интонирование, развитие музыкального слуха.

Сначала с помощью аккомпанирующего инструмента в классе, затем под фонограмму ребёнок обучается одновременно петь и двигаться в соответствующем темпе. С помощью пантомимических упражнений развиваются артистические способности детей, в процессе занятий по вокалу вводится комплекс движений по ритмике. Таким образом, развитие вокально-хоровых навыков сочетает вокально-техническую деятельность с работой по музыкальной выразительности и созданию сценического образа.

Тема 7. Дыхание. Методика А. Н. Стрельниковой (2 часа)

"Искусство пения - есть искусство дыхания". Певческое дыхание развивается медленно вместе с развитием всего организма. В работе с учениками следует пользоваться необходимыми принципами дыхания: спокойный, умеренный глубокий вдох, небольшая задержка перед началом звука, плавная подача дыхания и умение его распределить.

Очень хорошо обучает правильному дыханию упражнение с капелькой, которое дети с удовольствием выполняют. Главная трудность обучения детей певческому дыханию состоит в особом педагогическом подходе к этому обучению, учитывающем психику и уровень детского понимания. Учитывая небольшую ёмкость детских лёгких, учитель пения должен добиться хорошего распределения дыхания в упражнениях и песнях. Заниматься тренировкой лёгочной ткани поможет комплекс дыхательных упражнений по методике А. Н. Стрельниковой (см. Приложение)

Тема 8. Цезуры, знакомство с навыками «цепного» дыхания (пение выдержанного звука в конце произведения; исполнение продолжительных музыкальных фраз на «цепном» дыхании) (6 часов)

Цепное дыхание обеспечивает непрерывное звучание хора. Дыхание производится одновременно, следует избегать дыхания на границах музыкальных фраз. Исполнять знакомые песни с использованием принципов цепного дыхания.

Тема 9. Певческое дыхание. Звуковедение на пиано (8 часов)

Момент смыкания голосовых связок почти совпадает с началом выдоха. Мягкая атака наиболее употребительная в пении, устраняет горловое звучание [зажатие]. При мягкой атаке звук становится эластичным, полётным, округлым, мягким. Пение на пиано требует более активного произношения звуков, чем на форте.

Тема 10. Смена дыхания в процессе пения (6 часов)

Короткое и активное в быстрых произведениях, более спокойное но так же активное в медленных. Для освобождения зажатого звука применяют упражнения с придыхательным дыханием. Цель этих упражнений — преодолеть такие недостатки, как неразвитое грудное звучание, несмыкание голосовых складок, мышечные зажимы в области гортани.

-Мышцы тела расслабить. Правую руку положить на грудь (для ощущения вибрации), левую тыльной стороной поднести к губам для проверки теплого дыхания и тихо, низко простонать, используя придыхательную атаку, на разные гласные. Начать лучше с гласных У и О как самых удобных для стопа, затем перейти к остальным гласным. Схема может выглядеть так: теплый выдох — стон — теплый выдох, т. е. стон звучит как бы в середине выдоха. Вдох для стопа берется небольшой. При большом вдохе упражнение может не получиться и повлечь за собой напряженное звучание. При верном исполнении упражнения есть ощущение зевка, никакой зажатости в глотке быть не должно. Упражнение делается плавно, звучание грудное, глубокое. Сделать такую «волну» на каждый гласный звук.

В начале урока, а также после нескольких упражнений по дыханию и голосу полезно провести упражнения по снятию физического напряжения.

Тема 11. Вдох и начало пения (6 часов)

Тренировка легочной ткани, диафрагмы («дыхательный мускул»), мышц гортани и носоглотки. Упражнения: «Ладони», «Погончики», «Маленький маятник», «Кошечка», «Насос», «Обними плечи», «Большой маятник». Применение полученных навыков в пении.

Тема 12. Закрепление пройденного материала (2 часа)

Повторение и закрепление полученных знаний, применение их на практике.

**Учебно-тематический план
(2 часа в неделю)**

№ п/п	Наименование разделов и тем	Форма проведения занятий	Количество часов		
			всего	теория	Практика
Вокал как вид музыкальной деятельности.					
1.	Вводное занятие. Прослушивание голосов.	Беседа	2	1	1
2.	Певческая установка.	Инструктаж	2	1	1
3.	Музыкальный звук. Высота звука. Работа над звуковедением и чистотой интонирования.	Пение вокальных упражнений	8	2	6
4.	Голосовой тембр. Подбор репертуара. Работа над дикцией и артикуляцией.	Закрепление темы в процессе	8	2	6
5.	Вокально-хоровая работа.	Работа над музыкальными произведениями	10	2	8
6.	Пение и ритмические движения.	Вокальные, ритмические упражнения	10	2	8
7.	Дыхание. Методика А. Н. Стрельниковой.	Дыхательная гимнастика	2	-	2
8.	Цезуры, знакомство с навыками «цепного» дыхания	Пение вокальных упражнений	6	2	4
9.	Певческое дыхание. Звуковедение на пиано.	Разучивание музыкальных произведений	8	2	6
10.	Смена дыхания в процессе пения.	Разучивание музыкальных произведений	6	2	4
11.	Вдох и начало пения.	Вокальные упражнения	6	-	6
12.	Закрепление пройденного материала.	Вокальные упражнения, исполнение песенного репертуара.	2	-	2
			70	16	54

Планируемые результаты

В результате обучения воспитанники должны:

знать/понимать

- специфику музыки как вида искусства;
- значение музыки в художественной культуре и ее роль в синтетических видах творчества;
- возможности музыкального искусства в отражении вечных проблем жизни;
- основные жанры вокальной музыки;
- богатство музыкальных образов и способов их развития;
- основные формы музыки;
- имена выдающихся композиторов и музыкантов-исполнителей;

уметь

- эмоционально-образно воспринимать и характеризовать музыкальные произведения;
- выразительно исполнять соло (с сопровождением и без сопровождения);
- исполнять свою партию в ансамбле в простейших двухголосных произведениях;
- анализировать общее и особенное при сравнении музыкальных произведений на основе полученных знаний об интонационной природе музыки, музыкальных жанрах, стилевых направлениях, образной сфере музыки и музыкальной драматургии;
- распознавать на слух и воспроизводить знакомые мелодии изученных произведений вокальных жанров;
- выявлять особенности интерпретации одной и той же художественной идеи, сюжета в творчестве различных композиторов;
- устанавливать взаимосвязи между разными видами искусства на уровне общности идей, тем, художественных образов;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
 - вокального музицирования дома, в кругу друзей и сверстников, на внеклассных и внешкольных музыкальных занятиях, школьных праздниках;
 - размышления о музыке и ее анализа, выражения собственной позиции относительно прослушанной музыки;
 - музыкального самообразования: знакомства с музыкальной литературой, слушания музыки в свободное от уроков время (посещение концертов, музыкальных спектаклей, прослушивание музыкальных радио- и телепередач и др.); выражения своих личных музыкальных впечатлений в форме устных выступлений и высказываний на музыкальных занятиях, эссе, рецензий.
- определения своего отношения к музыкальным явлениям действительности.

Оценка планируемых результатов освоения программы:

Система оценки предусматривает **уровневый** подход к представлению о планируемых результатах и инструментарию для оценки их достижения. Согласно этому подходу за точку отсчета принимается необходимый для продолжения образования и реально достигаемый большинством учащихся опорный уровень образовательных достижений. Достижения этого опорного уровня интерпретируются как безусловный учебный успех ребенка. А оценка индивидуальных образовательных достижений ведется «методом сложения», при котором фиксируется достижение опорного уровня и его превышение. Это позволяет поощрять продвижения учащихся, выстраивать индивидуальные траектории движения с учетом зоны ближайшего развития.

В процессе оценки используются разнообразные методы и формы, взаимно дополняющие друг друга.

Мониторинг эффективности внеурочной деятельности:

Эффективность внеурочной деятельности зависит от качества программы по ее модернизации и развитию уровня управления этой программой. Управление программой осуществляется через планирование, контроль и корректировку действий. Управление любой инновационной деятельностью идет по следующим направлениям:

- организация работы с ученическим коллективом;
- организация работы с родителями, общественными организациями;
- мониторинг эффективности инновационных процессов;

Контроль результативности и эффективности будет осуществляться путем проведения мониторинговых исследований, диагностики обучающихся, педагогов, родителей.

Целью мониторинговых исследований является создание системы организации, сбора, обработки и распространения информации, окружающей результативность модернизации внеурочной деятельности и дополнительного образования по следующим критериям:

- рост социальной активности обучающихся;
- рост к мотивации активной познавательной деятельности;
- уровень достижения обучающимися таких образовательных результатов, как сформированность коммуникативных и исследовательских компетентностей, креативных и организационных способностей, рефлексивных навыков ;
- качественное изменение в личностном развитии, усвоение нравственных норм, духовной культуры;
- удовлетворенность учащихся и родителей жизнью школы.

Объекты мониторинга:

1. Оценка востребованности форм и мероприятий внеклассной работы;
2. Сохранность контингента всех направлений внеурочной деятельности;
3. Анкетирование школьников и родителей по итогам года с целью выявления удовлетворенности воспитательными мероприятиями.
4. Анкетирование школьников и родителей в рамках внутришкольного контроля.
5. Вовлеченность обучающихся во внеурочную образовательную деятельность как на базе школы, так и вне ОУ.
6. Развитие и сплочение ученического коллектива, характер межличностных отношений.
7. Результативность участия субъектов образования в целевых программах и проектах различного уровня.

УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКОЕ, МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

1. Библиотечный фонд:

1. О. Т. Леонтьева. Книга о Карле Орфе. «Жизнь и творчество, музыкально-педагогическая концепция, К. Орф и современники.» Издательство «Композитор» 2007-2010 г.
2. Багадуров В. А. Вокальное воспитание детей. – М., 1953.
3. Исаева И.О. Уроки пения. – «Русич» 2009г
4. Дмитриев Л. Б. Основы вокальной методики. – М., 1968
5. Малинина Е. М. Вокальное воспитание детей. – Л., 1967.
6. Менабени А. Г. Певческое голосообразование. – М., 1968.
7. Морозов В. П. Вокальный слух и голос. – М., - Л., 1965.
8. Назаренко И. К. Искусство пения. – М., 1968.
9. Павлицева О. Методика постановки голоса. – М., - Л., 1964.
Громановский Н. В. Певческий голос. Сольное и хоровое пение. – Л., 1981.
10. Сафонова В. И. Некоторые особенности вокального воспитания, связанные с охраной детского голоса. – М., 1981.
11. Сергеев А. А. Воспитание детского голоса. – М., 1950.
12. Струве Г. А. Хоровое сольфеджио. – М., 1981.
13. Нотный материал.
14. А.Суязовой«Мир вокального искусства»
15. М.И. Белоусенко «Постановка певческого голоса Белгород, 2006г;
16. Д. Огороднова «Музыкально-певческое воспитание детей»
17. Никифорова Ю.С. «Детский академический хор», 2003г.
18. «Хоровое пение» Е.В. Жарова 1997г.
19. «Сольное пение» Р.А. Жданова 2003 г.

2. Технические средства обучения:

1. Фортепиано.
2. Сборники нот.
3. Ноутбук, микрофоны.
4. Концертная аппаратура.
5. CD-диски и другие электронные носители.

Тематическое планирование занятий
5 класс (2 часа в неделю) - 70 часов

<i>№ п/п</i>	<i>Тема занятия</i>
1-2	Вводное занятие. Прослушивание голосов.
3-4	Певческая установка.
5-6	Музыкальный звук. Высота звука.
7-8	Работа над звуковедением и чистотой интонирования.
9-10	Образование голоса в гортани; атака звука; движение звучащей струи воздуха; образование тембра.
11-12	Интонирование. Типы звуковедения.
13-14	Голосовой тембр.
15-16	Подбор репертуара.
17-20	Работа над дикцией и артикуляцией.
21-22	Вокально-хоровая работа.
23-24	Вокально-хоровая работа. Регулировочный образ вокалиста и хоровика.
25-28	Вокально-хоровая работа. Ансамбль: особенности исполнения вокалистов в составе ансамбля. Проблемы ансамбля.
29-30	Вокально-хоровая работа.
31-40	Пение и ритмические движения .
41-42	Дыхание. Методика А. Н. Стрельниковой.
43-48	Цезуры. Цепное дыхание.
49-50	Певческое дыхание. Звуковедение на пиано.
51-56	Звуковедение на пиано.
57-62	Смена дыхания в процессе пения .
63-64	Вдох и начало пения.
65-68	Тренировка легочной ткани, диафрагмы («дыхательный мускул»), мышц гортани и носоглотки.
69-70	Закрепление пройденного материала

Тематическое планирование занятий
6 класс (2 часа в неделю) - 70 часов

<i>№ п/п</i>	<i>Тема занятия</i>
1-2	Певческая установка.
3-4	Работа над звуковедением и чистотой интонирования. Атака звука.
5-6	Атака звука.
7-8	Звуковедение и чистота интонирования. Образование тембра.
9-10	Образование голоса в гортани; атака звука; движение звучащей струи воздуха; образование тембра.
11-12	Красота голосового звука.
13-14	Голосовой тембр.
15-16	Подбор репертуара.
17-18	Дикцией и артикуляция.
19-20	Вокально-хоровая работа.
21-22	Образ вокалиста и хоровика.
23-24	Ансамбль: особенности исполнения вокалистов в составе ансамбля. Проблемы ансамбля.
25-26	Особенности исполнения вокалистов в составе ансамбля.
27-28	Сценическая культура.
29-30	Пение и ритмические движения .
31-32	Пение и ритмические движения .
33-34	Чувство ритма.
35-36	Чувство ритма.
37-38	Чувство ритма.
39-40	Дыхание. Методика А. Н. Стрельниковой.
41-42	Цезуры. Цепное дыхание.
43-44	Цепное дыхание.
49-50	Упражнения для дыхания.

51-52	Упражнения для дыхания.
53-54	Вдох и начало пения.
55-56	Тренировка легочной ткани, диафрагмы («дыхательный мускул»), мышц гортани и носоглотки.
57-58	Тренировка легочной ткани, диафрагмы («дыхательный мускул»), мышц гортани и носоглотки.
59-60	Закрепление пройденного материала.
61-62	Закрепление пройденного материала
63-64	Концертная деятельность.
65-66	Концертная деятельность.
67-68	Концертная деятельность
69-70	Концертная деятельность

ПРИЛОЖЕНИЕ

Комплекс дыхательных упражнений по методике А.Н. Стрельниковой.

Упражнение 1. «Ладошки»

Исходное положение: станьте прямо, согните руки в локтях (локти вниз) и «покажите ладони зрителю» — «поза экстрасенса».

Делайте шумные, короткие, ритмичные вдохи носом и одновременно сжимайте ладони в кулаки (хватательные движения). Подряд сделайте 4 резких, ритмичных вдоха носом (то есть «шмыгните» 4 раза). Затем руки опустите и отдохните 3-4 секунды — пауза.

Сделайте еще 4 коротких, шумных вдоха и снова пауза.

Норма: «прошмыгайте» носом 24 раза по 4 вдоха. Упражнение «Ладошки» можно делать стоя, сидя и лежа.

Помните! Активный вдох носом — абсолютно пассивный, неслышимый выдох через рот.

В начале урока возможно легкое головокружение. Не пугайтесь: оно пройдет к концу урока. Если головокружение сильное, сядьте и проделайте весь урок сидя, делая паузы после каждых 4 вдохов-движений (отдых от 5 до 10 секунд).

Упражнение 2. «Погончики»

Исходное положение: станьте прямо, кисти рук сожмите в кулаки и прижмите к животу на уровне пояса. В момент вдоха резко толкайте кулаки вниз к полу, как бы отжимаясь от него (плечи напряжены, руки прямые, тянутся к полу). Затем кисти рук возвращаются в и.п. на уровень пояса. Плечи расслаблены — выдох «ушел». Выше пояса кисти рук не поднимайте.

Сделайте подряд уже не 4 вдоха-движения, а 8. Затем отдых 3-4 секунды и снова 8 вдохов-движений.

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение «Погончики» можно делать стоя, сидя и лежа.

Упражнение 3. «Насос»

Исходное положение: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч, руки вдоль туловища (основная стойка). Сделайте легкий поклон (руками тянуться к полу, но не касаться его) и одновременно — шумный и короткий вдох носом во второй половине поклона. Вдох должен кончиться вместе с поклоном. Слегка приподняться (но не выпрямляться), и снова поклон и короткий, шумный вдох «с пола». Возьмите в руки свернутую газету или палочку и представьте, что накачиваете шину автомобиля. Поклоны вперед делаются ритмично и легко, низко не кланяйтесь, достаточно поклона в пояс. Спина круглая (а не прямая), голова опущена. «Накачивать шину» нужно в темпоритме строевого шага.

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение «Насос» можно делать стоя и сидя.

Ограничения: при травмах головы и позвоночника, при многолетних радикулитах и остеохондрозах; при повышенном артериальном, внутричерепном и внутриглазном давлении; при камнях в печени, почках и мочевом пузыре не кланяйтесь низко. Поклон делается едва заметно, но обязательно с шумным и коротким вдохом через нос. Выдох делается после каждого вдоха пассивно через рот, но не открывайте его широко. Упражнение «Насос» очень результативное, часто останавливает приступы бронхиальной астмы, сердечный и приступ печени.

Упражнение 4. «Повороты головы»

Исходное положение: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Поверните голову вправо — сделайте шумный, короткий вдох носом с правой стороны. Затем поверните голову влево — «шмыгните» носом с левой стороны.

15

Вдох справа — вдох слева. Посередине голову не останавливать, шею не напрягать, вдох не тянуть!

Помните! Выдох должен совершаться после каждого вдоха самостоятельно, через рот.

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение 5. «Ушки»

Исходное положение: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Слегка наклоните голову вправо, правое ухо идет к правому плечу — шумный, короткий вдох носом. Затем слегка наклоните голову влево, левое ухо идет к левому плечу — тоже вдох. Чуть-чуть покачайте головой, как будто кому-то мысленно говорите: «Ай-ай-ай! Как не стыдно!» Смотреть нужно прямо перед собой. (Это упражнение напоминает «китайского болванчика»).

Вдохи делаются одновременно с движениями. Выдох должен происходить после каждого вдоха (не открывайте широко рот!).

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение 6. «Маятник головой»

Исходное положение: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Опустите голову вниз (посмотрите на пол) — резкий, короткий вдох. Поднимите голову вверх (посмотрите на потолок) — тоже вдох. Вниз—вверх, вдох «с пола» — вдох «с потолка». Выдох должен успевать «уходить» после каждого вдоха. Не задерживайте и не выталкивайте выдохи (они должны уходить либо через рот, но не видно и не слышно, либо в крайнем случае — тоже через нос).

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

Ограничения: при травмах головы, вегетососудистой дистонии, эпилепсии; при повышенном артериальном, внутричерепном и внутриглазном давлении; остеохондрозе шейно-грудного отдела позвоночника не делайте резких движений головой в упражнениях «Повороты головы», «Ушки» и «Маятник головой». Поворачивайте голову чуть-чуть, но обязательно шумно «шмыгайте» носом. Делайте эти упражнения сидя, а «Повороты головы» и «Ушки» можно даже лежа.

Упражнение 7. «Кошка»

Исходное положение: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч (ступни ног в упражнении не должны отрываться от пола).

Сделайте танцевальное приседание и одновременно поворот туловища вправо — резкий, короткий вдох. Затем такое же приседание с поворотом влево и тоже короткий, шумный вдох носом. Вправо — влево, вдох справа — вдох слева. Выдохи происходят между вдохами сами, произвольно. Колени слегка сгибайтесь и выпрямляйте (приседание легкое, пружинистое, глубоко не приседать). Руками делайте хватательные движения справа и слева на уровне пояса. Спина абсолютно прямая, поворот — только в талии.

18

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений. Упражнение «Кошка» можно делать также сидя на стуле и лежа в постели (в тяжелом состоянии).

Упражнение 8. «Обними плечи»

Исходное положение: станьте, руки согнуты в локтях и подняты на уровень плеч. Бросайте руки навстречу друг другу до отказа, как бы обнимая себя за плечи. И одновременно с каждым «объятием» резко «шмыгайте» носом. Руки в момент «объятия» идут параллельно друг другу (а не крест-накрест), ни в коем случае их не менять (при этом все равно, какая рука сверху — правая или левая); широко в стороны не разводить и не напрягать. Освоив это упражнение, можно в момент встречного движения рук слегка откидывать голову назад (вдох с потолка).

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений. Упражнение «Обними плечи» можно делать также сидя и лежа.

16

Ограничения: сердечникам с ишемической болезнью сердца, врожденными пороками, перенесенным инфарктом в первую неделю тренировок не делать упражнение «Обними плечи». Начинать его нужно со второй недели вместе с другими упражнениями стрельниковской гимнастики. В тяжелом состоянии нужно делать подряд не по 8 вдохов-движений, а по 4 вдоха-движения или даже по 2, затем отдых 3—5 секунд и снова 2 или 4 вдоха-движения.

Упражнение 9. «Большой маятник» («Насос» + «Обними плечи»)

Исходное положение: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч.

Наклон вперед, руки тянутся к полу — вдох. И сразу без остановки (слегка прогнувшись в пояснице) наклон назад — руки обнимают плечи. И тоже вдох. Кланяйтесь вперед — откидывайтесь назад, вдох «с пола» — вдох «с потолка». Выдох происходит в промежутке между вдохами сам, не задерживайте и не выталкивайте выдох!

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение «Большой маятник» можно делать также сидя.

Ограничения: при остеохондрозе, травмах позвоночника и смещениях межпозвоночных дисков упражнение «Большой маятник» делайте, ограничивая движения: слегка кланяясь вперед и почти не прогибаясь при наклоне назад.

Только хорошо освоив первые шесть упражнений комплекса, можно переходить к остальным. Добавляйте каждый день по одному упражнению из второй половины комплекса, пока не освоите все основные упражнения.

Упражнение 10. «Перекаты»

Упражнение 10А Исходное положение: станьте левая нога впереди, правая сзади. Вся тяжесть тела на левой ноге. Нога прямая, корпус — тоже. Правая нога согнута в колене и отставлена назад на носок, чтобы не потерять равновесие (но на нее не опираться). Выполните легкое танцевальное приседание на левой ноге (нога в колене слегка сгибается), одновременно делая короткий вдох носом (после приседания левая нога мгновенно выпрямляется). Затем сразу же перенесите тяжесть тела на отставленную назад правую ногу (корпус прямой) и тоже на ней присядьте, одновременно резко «шмыгая» носом (левая нога в этот момент впереди на носке для поддержания равновесия, согнута в колене, но на нее не опираться). Снова перенесите тяжесть тела на стоящую впереди левую ногу. Вперед — назад, приседание — приседание, вдох — вдох.

Помните: 1) приседание и вдох делаются строго одновременно, 2) вся тяжесть тела только на той ноге, на которой слегка приседаем; 3) после каждого приседания нога мгновенно выпрямляется, и только после этого идет перенос тяжести тела (перекат) на другую ногу.

Норма: 12 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение 10Б

Исходное положение: станьте правая нога впереди, левая — сзади. Повторите упражнение с другой ноги.

Упражнение «Перекаты» можно делать только стоя.

Упражнение 11. «Шаги»

А. «Передний шаг»

Исходное положение: станьте прямо, ноги чуть уже ширины плеч. Поднимите левую ногу, согнутую в колене, вверх, до уровня живота (от колена нога прямая, носок тянуть вниз, как в балете). На правой ноге в этот момент сделайте легкое танцевальное приседание и короткий, шумный вдох носом. После приседания обе ноги должны обязательно на одно мгновение принять исходное положение. Поднимите вверх правую ногу, согнутую в колене, на левой слегка присядьте и шумно «шмыгайте» носом (левое колено вверх — исходное положение, правое колено вверх — исходное положение). Нужно обязательно слегка присесть, тогда другая нога, согнутая в колене, легко поднимется вверх до уровня живота. Корпус прямой.

17

Можно одновременно с каждым приседанием и поднятием согнутого колена вверх делать легкое встречное движение кистей рук на уровне пояса. Упражнение «Передний шаг» напоминает танец рок-н-ролл. Выдох должен совершаться после каждого вдоха самостоятельно (пассивно), желательно через рот.

Норма: 8 раз по 8 вдохов-движений.

Упражнение «Передний шаг» можно делать стоя, сидя и даже лежа.

Ограничения: при заболеваниях сердечно-сосудистой системы (ишемическая болезнь сердца, врожденные пороки, перенесенный инфаркт) не рекомендуется высоко (до уровня живота) поднимать ноги. При травмах ног и тромбозах это упражнение выполнять только сидя и даже лежа (на спине), очень осторожно, чуть-чуть поднимая колено вверх при шумном вдохе. Пауза (отдых) — 3—4 секунды после каждых 8 вдохов-движений, можно продлить ее до 10 секунд. При тромбозах обязательно проконсультируйтесь с хирургом! При мочекаменной болезни и при беременности (начиная с 6-го месяца) в упражнении «Передний шаг» высоко колени не поднимать!

Б «Задний шаг»

Исходное положение - то же. Отведите левую ногу, согнутую в колене, назад, как бы хлопая себя пяткой по ягодицам. На правой ноге в этот момент слегка присядьте и шумно «шмыгните» носом. Затем обе ноги на одно мгновение верните в исходное положение — выдох сделан. После этого отведите назад согнутую в колене правую ногу, а на левой сделайте легкое танцевальное приседание. Это упражнение делается только стоя.

Вдохи и движения в нашей гимнастике делаются строго одновременно.

Норма: 4 раза по 8 вдохов-движений.

